

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN *BURNOUT* PADA
KARYAWAN YANG BEKERJA DI *FAMILY COMPANY* PT.BTT**

SKRIPSI



OLEH :

Ruth Mathilda Kolobanu Nurak
7103016045

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN *BURNOUT* PADA
KARYAWAN YANG BEKERJA DI *FAMILY COMPANY* PT. BTT**

SKRIPSI

Diajukan kepada :
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



OLEH :

Ruth Mathilda Kolobanu Nurak
7103016045

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya :

Nama : Ruth Mathilda Kolobanu Nurak

NRP : 7103016045

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN YANG BEKERJA DI *FAMILY COMPANY* PT.BTT

Benar-benar merupakan karyawan sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 4 November 2019

Yang membuat pernyataan,



Ruth Mathilda Kolobanu Nurak

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN *BURNOUT* PADA
KARYAWAN YANG BEKERJA DI *FAMILY COMPANY* PT. BTT**

Oleh :

Ruth Mathilda Kolobanu Nurak

NRP. 7103016045

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing : Andhika Alexander Repi, S.Psi., M.Psi., Psikolog 

NIDN : 0701079101

Email : andhika@ukwms.ac.id

Surabaya, 4 November 2019

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari pernyataan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 18 November 2019

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi



(F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

DewanPenguji

1. Ketua : Desak Nyoman Arista RD., M.Psi., Psikolog
 2. Sekretaris : Agustina Engry, M.Psi., Psikolog
 3. Anggota : M. D. Rama Adhyatma, M.Psi., Psikolog
 4. Anggota : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog
- NIDN : 0701079101

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Ruth Mathilda Kolobanu Nurak

NRP : 7103016045

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN BURNOUT PADA
KARYAWAN YANG BEKERJA DI *FAMILY COMPANY* PT. BTT**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library*) Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya,

Surabaya, 4 November 2019

Yang membuat pernyataan,



Ruth Mathilda Kolobanu Nurak

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Kemuliaan Tuhan Yesus Kristus

Papa, Mama, Papi, Mami, Cece, dan Koko yang tercinta

Semua sahabat dan kekasih tersayang

Pihak perusahaan PT. BTT

Dan

Seluruh karyawan yang bekerja dengan segenap hati untuk
memperjuangkan hidup.

HALAMAN MOTTO

Tidak ada hasil yang mengkhianati prosesnya,

Semua perjuangan yang telah dikorbankan akan berbuah manis kelak.

-Ruth Mathilda-

Sebab itu
janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai
kesusahannya sendiri.

Kesusahan sehari cukupah untuk sehari.

-Matius 6 : 34-

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan bimbingan-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul Hubungan Antara Beban Kerja dan *Burnout* Pada Karyawan yang Bekerja di *Family Company* PT. BTT. Pada kesempatan ini pula peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak terkait yang sudah memberikan dukungan, semangat, doa, dan segala bantuan, kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini. Untuk itu, peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. **Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psi.**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah mendampingi peneliti sejak peneliti berada pada semester 1 hingga semester 7 ini untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi serta memberikan izin agar penelitian ini dapat dilakukan.
2. **Orang tua peneliti (Michael Nurak & Lidya Tan Sun Ing), Orang tua wali peneliti (Julius Siwalette & Cynthia D. Shinta), Kakak peneliti (Eva Regina Nurak & Yoko Antonius Nurak)** yang selalu mendoakan, memberikan semangat dan motivasi, dan mendukung, serta memberikan berbagai macam bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini hingga akhir.
3. **Bapak Andhika Alexander Repi, M.Si., Psi**, selaku dosen pembimbing skripsi yang sudah berkenan menyediakan banyak waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing, mendampingi, memberikan motivasi, dan memeriksa skripsi peneliti hingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Terima kasih juga untuk segala masukannya ketika peneliti mengalami kesulitan dalam mengerjakan penelitian ini.

4. **Ibu Dr. Nurlaila Effendy, M.Si., dan Bapak Made D. Rama, M.Psi., Psi**, selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran-saran dan perbaikan untuk menyempurnakan penelitian ini.
5. **Ibu Desak Nyoman ARD., M.Psi., Psi**. selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran-saran untuk menyempurnakan penelitian ini.
6. **Ibu Agustina Engry, M.Psi., Psi**. selaku sekretaris peneliti yang bersedia membantu peneliti selama proses pengujian penelitian ini.
7. **Bapak Johannes Dicky Susilo M.Psi., Psi** yang senantiasa memberikan waktu dan pikirannya untuk membantu peneliti dalam memberikan bantuan dan masukan selama peneliti melakukan pengolahan data. Serta, menjelang peneliti mengumpulkan skripsi, Bapak Dicky masih meluangkan waktu untuk membantu peneliti dalam melakukan *crosscheck* data.
8. **Karyawan Tata Usaha** yang dengan ramah mau melayani peneliti dalam pengurusan pembuatan surat izin dan berbagai macam urusan administrasi lainnya.
9. **Seluruh pihak perusahaan PT. BTT** yang telah bersedia untuk memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menjadikan PT. BTT sebagai subjek penelitian dan melakukan pengambilan data selama penelitian ini berlangsung. Terima kasih pula atas penerimaan dan penyambutan peneliti yang luar biasa dari para karyawan hingga pemilik perusahaan.
10. **Lenno Jabinian** yang selalu bersedia untuk memberikan dukungan yang luar biasa bagi peneliti, selalu menemani peneliti

dalam menyelesaikan pengerjaan skripsi. Selalu menjadi penyemangat dalam mengerjakan skripsi, sehingga peneliti tidak merasakan beban yang terlalu berat dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih pula untuk segala masukan, saran, dan pendapat yang diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat lebih mudah dalam mengambil keputusan. Terima kasih banyak Bin, semoga selalu menjadi menginspirasi.

11. **Leony Poppy, Yolanda Agustin, Yenni Kurniaputri, Yeyen Ramadhani** terima kasih banyak untuk semua dukungan dan motivasinya yang selalu menemani dalam suka maupun duka, sudah menjalin tali kekeluargaan yang terjalin sejak semester 1 lalu. Semoga persahabatan ini tidak putus sampai akhir hayat.
12. **Feibrychia P. M.** yang selalu bersedia untuk membantu peneliti dalam melakukan proses pengolahan data skripsi. Terima kasih karena selalu membagi ilmu yang dibagi, memberikan waktunya untuk membantu skripsi peneliti.
13. **BEM Fakultas Psikologi periode 2018/2019** terima kasih telah memberikan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini, dan telah berproses selama 1 tahun periode untuk melayani sesama dalam periode ini. Khususnya kepada Shania Liang yang memberikan semangat dan dukungan. Semoga sukses dalam menjalani 1 tahun periodenya.
14. **Seluruh sahabat di Kids For Christ GSJS** terima kasih telah memberikan semangat dan kekuatan di dalam Tuhan Yesus, sehingga peneliti dapat merasakan kekuatan yang luar biasa di dalam Dia yang Luar biasa.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Surat Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Motto	vii
Ucapan Terimakasih	viii
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvi
Abstraksi.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Batasan Masalah	13
1.4 Rumusan Masalah.....	13
1.5 Tujuan Penelitian.....	13

1.5 Manfaat Penelitian.....	13
1.5.1 Manfaat Teoritis	13
1.5.2 Manfaat Praktis.....	14
BAB II. LANDASAN TEORI.....	15
2.1. <i>Burnout</i>	15
2.1.1 Pengertian <i>Burnout</i>	15
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Burnout</i>	16
2.1.3 Faktor Penyebab <i>Burnout</i>	17
2.1.4 Sumber-sumber <i>Burnout</i>	17
2.1.5 Gejala-gejala <i>Burnout</i>	18
2.2. Beban kerja.....	18
2.2.1 Pengertian Beban kerja.....	18
2.2.2 Aspek-aspek Beban kerja	19
2.3. Karyawan di <i>Family Company PT. X</i>	20
2.4. Keterkaitan Beban kerja dengan <i>Burnout</i>	20
2.5. Hipotesa Penelitian	26
BAB III. METODE PENELITIAN	27

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
3.2.1. Definisi Operasional <i>Burnout</i>	27
3.2.2. Definisi Operasional Beban kerja.....	27
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	28
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	29
3.4.1. Skala <i>Burnout</i>	29
3.4.2. Skala Beban kerja.....	29
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	30
3.5.1. Validitas	30
3.5.2. Reliabilitas.....	31
3.6. Teknik Analisis Data	32
3.7. Etika Penelitian.....	33
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	34
4.1. Orientasi Kancan Penelitian.....	34
4.2. Persiapan Pengambilan Data.....	36
4.2.1. Pembuatan dan Persiapan Alat Ukur	36

4.2.2. Penggandaan Alat Ukur.....	36
4.2.3. Penentuan Subjek	37
4.3. Pelaksanaan Penelitian.....	37
4.4. Hasil Penelitian.....	41
4.4.1. Hasil Uji Validitas	41
4.4.2. Hasil Uji Reliabilitas	41
4.4.3. Uji Asumsi.....	43
4.4.4. Hasil Deskripsi Statistik Subjek Penelitian	44
4.4.5. Hasil Analisis Data.....	49
BAB V PEMBAHASAN.....	51
5.1. Pembahasan	51
5.2. Kesimpulan	62
5.3. Saran	62
5.3.1. Bagi Perusahaan	62
5.3.2. Bagi Karyawan	63
5.3.3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blueprint</i> Skala <i>Burnout</i>	29
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala Beban kerja	30
Tabel 4.1. Tabel Pelaksanaan <i>Tryout</i> Alat Ukur Penelitian	37
Tabel 4.2. Tabel Pelaksanaan Pengambilan Data Penelitian.....	39
Tabel 4.3. Tabel Aitem Skala <i>Burnout</i>	42
Tabel 4.4. Tabel Aitem Beban Kerja	43
Tabel 4.5. Tabel Status Kepegawaian Karyawan.....	45
Tabel 4.6. Tabel Tabulasi Silang.....	46
Tabel 4.7. Tabel Kategorisasi Beban Kerja.....	46
Tabel 4.8. Tabel Kategorisasi <i>Burnout</i>	47
Tabel 4.9. Tabel Tabulasi Silang.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kategorisasi Variabel Beban Kerja	73
Lampiran 2 Kategorisasi Variabel <i>Burnout</i>	74
Lampiran 3 Koding Aitem Skala Beban Kerja	75
Lampiran 4 Koding Aitem Skala <i>Burnout</i>	79
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Beban Kerja.....	83
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Burnout</i>	91
Lampiran 7 Hasil Uji SPSS	98

Ruth Mathilda (2019). “Hubungan Beban Kerja dan *Burnout* Pada Karyawan yang Bekerja di *Family Company* PT. BTT”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas KatolikWidya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Perusahaan keluarga merupakan perusahaan yang dikelola paling sedikit ada keterlibatan antara dua generasi dan mempengaruhi kebijakan perusahaan. Pengelolaan pada perusahaan keluarga cenderung kurang formal, sehingga pendistribusian tugas tidak jelas, potensi terjadinya beban kerja yang tidak seimbang muncul, dan dapat berdampak pada munculnya *burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan *burnout* pada karyawan di perusahaan keluarga. Subjek penelitian akan melibatkan karyawan di *Family Company* PT. BTT dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *Total Population Sampling*. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif dengan menggunakan alat ukur yaitu skala beban kerja dan skala *burnout*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan SPSS 16.00 dengan teknik korelasi product moment, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.034 ($P < 0.05$) dengan arah hubungan positif yang berarti ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dan *burnout*. Sumbangan efektif dari pada beban kerja sebesar 13.33% sehingga terdapat variabel-variabel lain yang dapat menjelaskan *burnout*. Dari hasil data deskriptif, karyawan PT. BTT mengalami *burnout* dengan kategori rendah dan memiliki persepsi yang tergolong sedang. Pihak perusahaan perlu membuat *workload analysis* akan mereduksi kecenderungan *burnout* yang terjadi di organisasi. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa karyawan di perusahaan keluarga PT. BTT mengalami *burnout* yang tergolong dalam kategori rendah dengan tingkat beban kerja tergolong sedang.

Kata kunci : *Family Company*, BebanKerja, *Burnout*, Pengembangan Organisasi

Ruth Mathilda (2019). *“The Correlation Between Workload and Burnout on PT. BTT Family Company’s Workers”*. **Undergraduate Thesis**. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University of Surabaya.

ABSTRACT

Family company is a company that is handled by the involvement of at least 2 generations and it influences the company’s policy. A family company is managed in less formal way, so the job distribution is not clear, so the potential of unbalanced workload emerges, and this will eventually lead to burnout. This study’s purpose is to know the correlation between workload and burnout within a family company. The participants in this study were the workers in PT. BTT family company and using total population sampling to choose the participants. This study is using quantitative method with two measurement scales: workload scale and burnout scale. Analysis data in this study is using SPSS 16.00 with product correlation technique. The results show a correlation score = 0.034 ($P < 0.05$) with a positive relation, which means that there is a significant correlation between workload and burnout. This effective contribution of workload is 13.33%, so there are other variables that can explain burnout. The descriptive result shows that workers at PT. TT experiences burnout with low category, and they have moderate perception. The company needs to make workload analysis that will reduce the tendency of workout in the organization. With the result of this study, it can be concluded that workers in PT. BTT family company experiences low level of burnout with moderate level of workload.

Keyword : Family Company, Job Workload, Burnout, Organizational Development