

**“ HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP
KECENDERUNGAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN CV. P.M.U
SURABAYA”**

SKRIPSI



OLEH :

Raka Bitara Susmiftananda

7103019128

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2023**

**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP
KECENDERUNGAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN CV. P.M.U
SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya Untuk memenuhi Sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Psikologi**



OLEH:

Raka Bitara Susmiftananda

NRP 7103019128

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2023**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Raka Bitara Susmifananda

NRP : 7103019128

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul

HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP KECENDERUNGAN BURNOUT PADA KARYAWAN CV. PMU

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada dikemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi saya 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 dengan penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 15 Mei 2023



HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP KECENDERUNGAN
BURNOUT PADA KARYAWAN CV. PMU**

Oleh:

Raka Bitara Susmiftananda

7103019128

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

Pembimbing : Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog.

NIDN : 0717067305

EMAIL : yuni@ukwms.ac.id



Surabaya, 15 Mei 2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Raka Bitara Susmiftananda

NRP : 7103019128

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP KECENDERUNGAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN CV. P.M.U SURABAYA

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 sebenar-benarnya.

Surabaya, 7 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



(Raka Bitara S)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Kemuliaan Allah SWT

Ayah, Ibu, dan semua keluarga besar

Dan

**Seluruh Dosen Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya yang Sudah Membimbing Saya
Selama Berproses di Widya Mandala**

HALAMAN MOTTO

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa.” – Ridwan Kamil

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kekuatan bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada orang-orang yang berperan atas pengerjaan skripsi saya hingga tuntas, terima kasih banyak kepada:

1. Ibu Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed.,M.Psych.,Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi UKWMS yang telah memberikan saya kesempatan untuk belajar di fakultas Psikologi UKWMS
2. Ibu Dr. Nurlaila Effendy, M.Si yang senantiasa membantu saya dengan memberikan bantuan yang luar biasa banyak.
3. Ibu Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selama proses saya mengambil proposal skripsi hingga sidang skripsi terakhir selalu mendukung dan memberi arahan kepada saya terkait apa yang harus saya lakukan hingga ke perhitungan data saya yang baik dan benar.
4. *Staff* Tata Usaha Fakultas Psikologi (Bu Lilies, Bu Eva, Bu Monica, dan Pak Anang) yang dengan sabar membantu saya dalam pengurusan administrasi saya selama berkuliah.
5. Kedua Orang Tua saya, yang selalu memberikan dukungan moral maupun material selama proses pengerjaan skripsi saya dari awal hingga tuntas, dan juga selalu ada ketika saya berada di titik terendah sekalipun.
6. Khenniesya Aldhilla Febrianna selaku kekasih saya yang menemani saya semenjak tahun 2018 hingga sekarang saya menyelesaikan proses skripsi Sarjana 1 Jurusan Psikologi.
7. Subjek dalam penelitian ini yang senantiasa membantu saya dengan berpartisipasi dengan baik.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH..v	
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAKSI.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah.....	8
1.3 Rumusan Masalah	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Manfaat Penelitian	9
1.5.1 Manfaat Teoritis	9
1.5.2 Manfaat Praktis	9
BAB II	11
LANDASAN TEORI.....	11
2.1 <i>Burnout</i>	11
2.1.1 Aspek <i>burnout</i>	11
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>burnout</i>	12
2.2 Komunikasi Interpersonal	13
2.2.1 Aspek Komunikasi Interpersonal	14
2.3 Keterkaitan Antar Komunikasi Interpersonal dan <i>Burnout</i>	16
2.4 Hipotesis	17
BAB III.....	18
METODOLOGI PENELITIAN	18
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	18

3.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	18
3.2.1	<i>Burnout</i>	18
3.2.2	Komunikasi Interpersonal.....	18
3.3.	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	19
3.3.1	Populasi.....	19
3.3.2	Teknik Pengambilan Sampel.....	19
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	20
3.5	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	22
3.5.1	Validitas.....	22
3.5.2	Reliabilitas.....	22
3.6	Teknik Analisis Data.....	22
3.6.1	Uji Asumsi.....	23
3.6.2.	Uji Normalitas.....	23
3.6.3	Uji Linieritas.....	23
3.6.4	Uji Hipotesis.....	23
3.7	Etika Penelitian.....	23
BAB IV	24
PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	24
4.1	Orientasi Kancan Penelitian.....	24
4.2	Persiapan Pengambilan Data.....	25
4.2.1	Pembuatan dan Persiapan Alat Ukur.....	25
4.2.2	Pembuatan <i>Google Form</i>	26
4.3	Pelaksanaan Penelitian.....	26
4.4	Hasil Penelitian.....	27
4.4.1	Hasil Uji Validitas.....	27
4.4.2	Hasil Uji Reliabilitas.....	28
4.4.3	Deskripsi Demografi Subjek Penelitian.....	28
4.4.4	Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	30
4.4.5	Hasil Uji Asumsi.....	34
4.4.6	Hasil Uji Hipotesis.....	35
BAB V	36
PENUTUP	36
5.1	Bahasan.....	36
5.2	Simpulan.....	39

5.3	Saran.....	39
	DAFTAR PUSTAKA.....	41
	LAMPIRAN.....	43

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Burnout	21
Tabel 3. 2 Blueprint Komunikasi Interpersonal	21
Tabel 4. 1 <i>Post Blueprint</i> Skala Komunikasi Interpersonal	27
Tabel 4. 2 <i>Post Blueprint Burnout</i>	28
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Usia.....	29
Tabel 4. 4 Frekuensi Lama Bekerja	30
Tabel 4. 5 Kategorisasi Komunikasi Interpersonal	32
Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel Burnout.....	32
Tabel 4. 7 Hasil Tabulasi Silang	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Identitas Partisipan	43
Lampiran B: Data <i>Burnout</i>	49
Lampiran C: Data Komunikasi Interpersonal	55
Lampiran D: Kategorisasi burnout dan Komunikasi Interpersonal	58
Lampiran E: Demografi	59
Lampiran F: Tabulasi Silang	61
Lampiran G: Validitas dan Realibilitas Burnout	62
Lampiran H: Validitas dan Realibilitas Komunikasi Interpersonal	63
Lampiran I: Uji Asumsi Penelitian	65
Lampiran J: Uji Regresi	66

Raka Bitara Susmiftananda (2023). “Hubungan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecenderungan *Burnout* pada Karyawan CV. Putra Muda Utama Surabaya”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), ada 2,24 juta lebih banyak pekerja pada Februari 2019 dibandingkan pada Februari 2018 (129,36 juta). Dengan semakin banyaknya pekerja di Indonesia, pertumbuhan organisasi semakin maju, yang berdampak pada peningkatan tuntutan pekerjaan. *Burnout* adalah hasil dari memiliki tingkat partisipasi, identitas, atau dedikasi yang tinggi terhadap pekerjaan atau profesi seseorang. Meskipun psikologis di lingkungan kerja tidak terlihat, itu memang dirasakan dan ada oleh individu pada tempat kerja suatu organisasi ketika memasukinya, terutama jika individu tersebut berasal dari lingkungan di mana komunikasi sering hilang atau buruk. Komunikasi interpersonal yang efektif sangat penting untuk mengembangkan dan memelihara hubungan dan bentuk dukungan sosial ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan burnout pada karyawan. populasi penelitian ini adalah karyawan tetap di CV X, dengan jumlah sebanyak 100 karyawan. Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti disebut accidental sampling pada karyawan tetap di CV X. untuk menganalisis data dengan menggunakan rumus korelasi product moment pada SPSS versi 25.0. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.02. Penelitian ini memiliki arah hubungan negatif, yang berarti semakin tingginya komunikasi interpersonal maka semakin rendah kecenderungan *burnout*.

Kata kunci: Komunikasi Interpersonal, *Burnout*, Karyawan

Raka Bitara Susmiftananda (2023). *“Interpersonal Communication Relations Against Burnout Tendencies in Employees of CV. Putra Muda Utama Surabaya”*. *Undergraduate Thesis*. Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University.

ABSTRACT

According to the Central Statistics Agency (BPS), there were 2.24 million more workers in February 2019 than in February 2018 (129.36 million). With the increasing number of workers in Indonesia, organizational growth is progressing, which has an impact on increasing job demands. Burnout is the result of having a high level of participation, identity, or dedication to one's job or profession. Although psychology in the work environment is not visible, it is felt and present by individuals in the workplace of an organization when entering it, especially if the individual comes from an environment where communication is often lost or poor. Effective interpersonal communication is essential for developing and maintaining relationships and this form of social support. This study aims to determine the relationship between interpersonal communication and employee burnout. The population of this study are permanent employees at CV X, with a total of 100 employees. The sampling technique used by researchers is called accidental sampling for permanent employees at CV X. To analyze data using the product moment correlation formula in SPSS version 25.0. Based on the results of the study, a significance value of 0.02 was obtained. This study has a negative relationship direction, which means the higher the interpersonal communication, the lower the tendency to burnout.

Keywords: *Interpersonal Communication, Burnout, Employees*