

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *FLEXIBLE WORKING*  
ARRANGEMENT TERHADAP *BURNOUT* PADA KARYAWAN  
PT. SARANA BANDAR NASIONAL DI TANJUNG PRIOK**

**SKRIPSI**

**Oleh :  
FATHUR RACHMAN UMAR  
201910325405**



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh Beban Kerja dan *Flexible Working Arrangement* Terhadap *Burnout* Pada Karyawan PT. Sarana Bandar Nasional di Tanjung Priok

Nama Mahasiswa : Fathur Rachman Umar

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910325405

Program Studi/Fakultas : Manajemen/Ekonomi dan Bisnis


Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Juli 2023

Jakarta, 27 Juli 2023

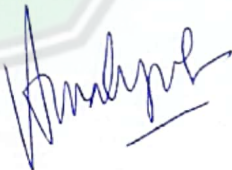
MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Dr. Tungga Buana Irfana, SE., MPd

NIDN. 0309067807

  
Novita Wahyu Setyawati, SE., MM

NIDN. 0313117902

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Beban Kerja dan *Flexible Working Arrangement* Terhadap *Burnout* Pada Karyawan PT. Sarana Bandar Nasional di Tanjung Priok

Nama Mahasiswa : Fathur Rachman Umar

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910325405

Program Studi/Fakultas : Manajemen/Ekonomi dan Bisnis

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Juli 2023

Jakarta, 27 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Penguji : Dr. Heni Rohaeni, S.Sos., M.Si  
NIDN. 0314068202


Sekretaris Tim : Bayu Seno Pitoyo, SE., M.Ak  
NIDN. 0302129101

Penguji : Dr. Tunga Buana Irfana, SE., M.Pd  
NIDN. 0309067807

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi  
Manajemen

Dekan  
Fakultas Ekonomi dan Bisnis

  
Dr. Hadita, S.Pd., MM  
NIDN. 0329048302

  
Dr. Dewi Puspaningtyas Faeni, B.Sc., MBA  
NIDN. 0310036407

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja dan *Flexible Working Arrangement* terhadap *Burnout* Pada Karyawan di PT. Sarana Bandar Nasional di Tanjung Priok” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan digandakan melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 24 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



Fathur Rachman Umar

201910325405

## ABSTRAK

**Fathur Rachman Umar, 201910325405.** Pengaruh Beban Kerja dan Flexibel Working Arrangemen Terhadap Burnout Pada Karyawan di PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok.

Penelitian ini merupakan penelitian yang digunakan untuk mengukur pengaruh Beban Kerja dan Flexible Working Arrangemen Terhadap Burnout Pada Karyawan di PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dimana objek yang digunakan merupakan PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan non-probability sampling dengan metode purposive sampling. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 53 responden. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengujian hipotesis (hypothesis testing) dengan menggunakan SPSS. 2.7

Hasil penelitian ini memberikan penjelasan bahwa variabel Beban Kerja dan Flexible Working Arrangemen Terhadap Burnout. Penelitian ini memberikan rekomendasi bahwa PT Sarana Bandar Nasional harus menurunkan Beban Kerja dan meningkatkan Flexible Working Arrangemen dengan baik.

Penelitian ini memiliki keterbatasan objek penelitian yang hanya dilakukan pada Karyawan pada PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. Hal ini dapat menjadi saran untuk peneliti selanjutnya. Kebaharuan dalam penelitian ini menggabungkan variabel Beban Kerja dan Flexible Working Arrangemen terhadap Burnout pada satu model penelitian yang dilakukan di PT Sarana Bandar Nasional.

Kata kunci : Beban Kerja, Flexibel Working Arrangemen dan Burnout



## ABSTRACT

***Fathur Rachman Umar (201910325405) The Effect of Workload and Flexible Working Arrangements on Burnout in Employees at PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok.***

*This research is a study used to measure the effect of workload and flexible working arrangements on employee burnout at PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. This research is a quantitative research where the object used is PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. This research was conducted using non-probability sampling with purposive sampling method. The number of samples used in this study were 53 respondents. The design used in this research is hypothesis testing using SPSS. 2.7*

*The results of this study provide an explanation that the variable Workload and Flexible Working Arrangements for Burnout. This study provides a recommendation that PT Sarana Bandar Nasional should reduce workload and improve the Flexible Working Arrangement properly.*

*This research has limited research objects which are only conducted on employees at PT Sarana Bandar Nasional Tanjung Priok. This can be a suggestion for further researchers. The novelty in this study combines the variables Workload and Flexible Working Arrangements for Burnout in a research model conducted at PT Sarana Bandar Nasional.*

**Keywords : Workload and Flexible Working Arrangements on Burnout**

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul "Pengaruh Beban kerja dan *Flexible Working Arrangement* Terhadap Burnout pada Karyawan PT. Sarana Bandar Nasional di Tanjung Priok". Guna memenuhi salah satu syarat untuk .

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak dapat tersusun. Oleh karena itu, dari hati yang paling dalam penulis sampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Karsono, Drs., S.H., M.M. Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Ibu Dr. Dewi Puspaningtyas Faeni, B.SC., MBA Selaku Dekan fakultas ekonomi dan bisnis Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dr. Hadita, S.pd., MM. Selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Dr. Tungga Buana Irfana, SE., M.Pd selaku dosen pembimbing I telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Novita Wahyu Setyawati, SE., MM selaku dosen pembimbing II telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, saran, dan masukan tentang penulisan skripsi ini
6. Bapak Dr. Muhammad Richo Rianto, SE., MM. Selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan masukan, arahan, dan motivasi selama masa kuliah.

7. Kedua orang tua yang selalu memberikan dukungan baik secara material maupun moral serta doa yang selalu terpanjatkan untuk kelancaran penulis dalam menyusun skripsi ini
8. Teman – teman saya dari kecil Finsa, Dono, Alam, Tyo, Anto, Adam, Gilang, Wandu, Reza, Ino, Fawas, Rian, Abin, Rivaldi yang telah memberikan semangat dan juga masukan dalam mengerjakan skripsi ini
9. Teman – teman skripsi saya Rayen, Ninda, Kadek, Jodi, Reza, Putra, dan Faris yang telah menemani, membantu dan saling memberi semangat dalam mengerjakan skripsi ini
10. Oktaviony Cahya Saputri dan keluarga yang telah memberikan dukungan dan memberikan bantuan di luar kampus.
11. Seluruh teman – teman kelas a6 yang telah memberikan dukungan dan bantuan baik di dalam kampus maupun diluar kampus



Jakarta, 03 Maret 2023

Penulis

Fathur Rachman Umar

201910325405



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
1.5 Sistematika Penulisan .....	9

<b>BAB II TELAAH PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
2.1    Telaah Teoritis .....	11
2.1.1 <i>Burnout</i> .....	11
2.1.2 Beban Kerja .....	18
2.1.3 <i>Flexible Working Arrangement</i> .....	22
2.2    Telaah Empiris .....	24
2.3    Kerangka Konseptual .....	28
2.4    Hipotesis .....	29
2.4.1 Pengaruh Beban Kerja terhadap <i>Burnout</i> .....	29
2.4.2 Pengaruh <i>Flexible Working Arrangement</i> terhadap <i>Burnout</i> .....	29
2.4.3 Pengaruh Beban Kerja dan <i>Flexible Working Arrangement</i> Terhadap <i>Burnout</i> .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1    Desain Penelitian .....	31
3.2    Populasi dan Sampel .....	32
3.2.1 Populasi .....	32
3.2.2 Sampel .....	32
3.3    Waktu dan Tempat Penelitian .....	33

3.4	Jenis dan Sumber Data .....	33
3.4.1	Jenis Data.....	33
3.4.2	Sumber Data .....	33
3.5	Model Konseptual .....	34
3.6	Operasional Variabel .....	35
3.7	Metode Analisis Data dan Pengujian Hipotesis .....	36
3.7.1	Uji Validitas.....	36
3.7.2	Uji Realibilitas .....	37
3.7.4	Analisis Regresi Linier Berganda.....	37
3.7.3	Uji Asumsi Klasik .....	38
3.7.5	Uji Hipotesis .....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>43</b>
4.1	Gambaran Umum Perusahaan.....	43
4.1.1	Sejarah dan Perkembangan Pt. Sarana Bandar Nasional .....	43
4.1.2	Visi dan Misi Perusahaan.....	45
4.1.3	Struktur Organisasi .....	45
4.2	Penyebaran dan Pengumpulan Kuesioner .....	46
4.2.1	Identitas Responden .....	46

4.3	Hasil Uji Instrumen .....	48
4.3.1	Uji Validitas.....	48
4.3.2	Uji Reliabilitas .....	50
4.4	Hasil Uji Asumsi Klasik.....	51
4.4.1	Uji Normalitas .....	51
4.4.2	Uji Multikolonieritas.....	52
4.4.3	Uji Heteroskedastisitas .....	53
4.5	Hasil Analisis Regresi .....	54
4.5.1	Regresi Linear Berganda .....	54
4.6	Hasil Uji Hipotesis .....	55
4.6.1	Uji T.....	55
4.6.2	Uji F.....	57
4.6.3	Koefisien Determinasi (R <sup>2</sup> ).....	57
4.7	Pembahasan Hasil Penelitian.....	58
4.7.1	Pengaruh Beban Kerja Terhadap <i>Burnout</i> .....	58
4.7.2	Pengaruh <i>Flexible Working Arrangement</i> Terhadap <i>Burnout</i> .....	61
4.7.3	Pengaruh Beban Kerja Dan <i>Flexible Working Arrangement</i> Terhadap <i>Burnout</i> .....	63

<b>BAB V PENUTUP</b> .....	65
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2 Saran.....	66
5.3 Keterbatasan Masalah.....	67
<b>REFERENSI</b> .....	68
<b>LAMPIRAN</b> .....	71





## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Telaah Empiris .....	24
Tabel 3.1 Respon Jawaban Berdasarkan Skala Likert .....	32
Tabel 3.2 Operasional Variabel.....	35
Tabel 4. 1 Jumlah Kuesioner.....	46
Tabel 4. 2Jenis Kelamin Responden .....	47
Tabel 4. 3 Usia Responden.....	47
Tabel 4. 4 Status Responden .....	48
Tabel 4. 5 Identifikasi Responden Berdasarkan Masa Kerja .....	48
Tabel 4. 6 Uji Validitas .....	49
Tabel 4. 7 Uji Reliabilitas .....	51
Tabel 4. 8 Uji Normalitas.....	52
Tabel 4. 9 Uji Multikolinearitas .....	52
Tabel 4. 10 Uji Regresi Linear Berganda.....	54
Tabel 4. 11 Uji T .....	56
Tabel 4. 12 Uji F .....	57
Tabel 4. 13 Koefisien Determinasi.....	58

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Pra Riset Beban Kerja.....	3
Gambar 1. 2 Data Prariset Beban Kerja.....	4
Gambar 1. 3 Data Pra Riset <i>Flexible Working Arrangement</i> .....	5
Gamabr 2. 1 Kerangka Konseptual .....	28
Gambar 3. 1 Model Konseptual .....	34
Gambar 4.1 Struktur Organisasi.....	45
Gambar 4. 2 Uji Heteroskedastisitas.....	53
Gambar 4. 3 Hasil Pernyataan Indikator X1.10 .....	59
Gambar 4. 4 Pernyataan X1.3 .....	60
Gambar 4. 5 Hasil Pernyataan X2.5.....	61
Gambar 4. 6 Hasil Pernyataan X2.3.....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

Uji Plagiarisme

Uji Referensi Skripsi

Kuesioner

Tabulasi Data Variabel Beban Kerja

Tabulasi Data Variabel *Flexible Working Arrangement*

Tabulasi Data Variabel *Burnout*

Hasil Uji SPSS

Surat Keterangan Penelitian

Surat Keterangan Riset

