

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
BURNOUT PADA KARYAWAN
DI PT. X**

Skripsi

Oleh:

Vinke Bunga PuriPratama

201710515123



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan
Burnout Pada Karyawan di PT. X
Nama Mahasiswa : Vinke Bunga PuriPratama
Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515123
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I



Andreas Corsini, S.Fil., M.A

NIDN : 0316028901

Pembimbing II



Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0307029001



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan
Burnout Pada Karyawan di PT. X
Nama Mahasiswa : Vinke Bunga PuriPratama
Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515123
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2022

Bekasi, 25 Juli 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0317128504

Penguji I : Ditta Febrieta, S.Psi., M.A

NIDN : 0307029001

Penguji II : Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., M.A

NIDN : 0316028901

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN : 0314078503

Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.

NIDN : 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* Pada Karyawan PT. X ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri 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 difoto copy 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.

Bekasi, 15 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,



Vinke Bunga PuriPratama

201710515123

ABSTRAK

Vinke Bunga PuriPratama. 201710515123. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Burnout* Pada Karyawan Di PT. X

Abstrak. Suatu beban yang cukup berat ketika berada didalam lingkungan pekerjaan sehingga dapat mempengaruhi kepada kondisi fisik dan psikis individu. Kondisi psikis yang dapat dirasakan individu yakni stress kerja. Individu yang mengalami stress berkepanjangan yang akan berdampak pada kondisi psikologis lainnya. Rasa kelelahan yang dimaksud dalam hal ini merupakan *burnout*, kondisi dimana individu merasa lelah ataupun jenuh baik secara mental, fisik dan emosional yang intens. Dalam hal ini dukungan sosial yang rendah menjadi salah satu faktor yang tepat, dikarenakan jika individu mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka individu akan memiliki semangat untuk dapat mengatasi beban kerja yang dimilikinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada karyawan di PT. X. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah karyawan aktif PT. X. Hasil uji korelasi adalah -0,529** dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan dukungan sosial berperan secara signifikan terhadap *burnout*.

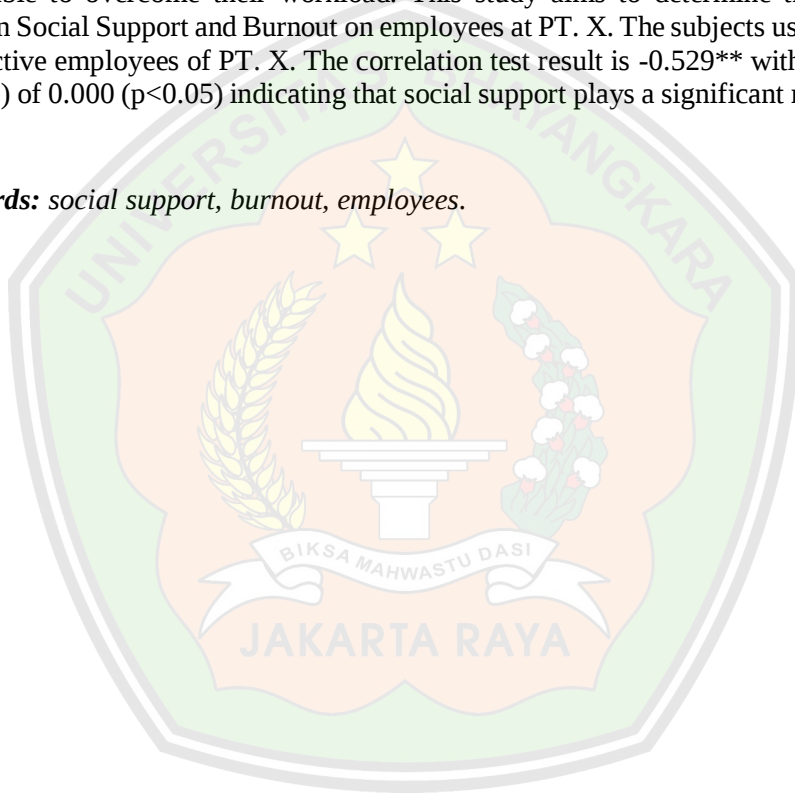
Kata Kunci: dukungan sosial, *burnout*, karyawan

ABSTRACT

Vinke Bunga PuriPratama. 201710515123. *The Relationship between Social Support with Burnout in Employees At PT. X*

Abstract. A burden that is quite heavy when in the work environment so that it can affect the physical and psychological conditions of individuals. Psychological conditions that can be felt by individuals are work stress. Individuals who experience prolonged stress which will have an impact on other psychological conditions. The sense of fatigue referred to in this case is burnout, a condition where individuals feel tired or saturated both mentally, physically and emotionally intensely. In this case, low social support is one of the right factors, because if individuals get high social support, individuals will have the enthusiasm to be able to overcome their workload. This study aims to determine the relationship between Social Support and Burnout on employees at PT. X. The subjects used in this study were active employees of PT. X. The correlation test result is -0.529^{**} with a significance level (p) of 0.000 ($p < 0.05$) indicating that social support plays a significant role in burnout.

Keywords: *social support, burnout, employees.*



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala, yang memberikan nikmat, rahmat serta karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* Pada Karyawan di PT. X“. Dalam penyusunan proposal skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan beberapa pihak yang telah memberikan saran, motivasi, semangat dan bimbingan. Oleh karena itu penulis memberikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Bapak Andreas Corsini, S.Fil, M.A Selaku Dosen Pembimbing.
4. Kedua Orang Tua tercinta yang selalu memberikan dukungan serta do'a nya kepada penulis.
5. Kepada Suami tercinta Muhamad Afandy yang selalu memberikan dukungan serta do'a nya kepada penulis.
6. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya angkatan 2017 yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa masih adanya kekurangan dalam penyusunan proposal skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca, agar penulis dapat berkarya dengan lebih baik.

Bekasi, 15 Agustus 2022

Vinke Bunga PuriPratama

201710515123

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ii

LEMBAR PENGESAHAN iii

LEMBAR PERNYATAAN iv

ABSTRAK v

ABSTRACT vi

KATA PENGANTAR..... vii

DAFTAR ISI..... viii

DAFTAR TABEL xi

DAFTAR GAMBAR..... xii

DAFTAR LAMPIRAN xiii

BAB I..... 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Rumusan Masalah Penelitian 7

1.3 Tujuan Penelitian..... 7

1.4 Manfaat Penelitian..... 7

BAB II..... 12

2.1 Uraian Variabel..... 12

2.1.1 Burnout..... 12

2.1.1.1 Definisi Burnout..... 12

2.1.1.2 Dimensi – Dimensi Burnout..... 13

2.1.1.3 Faktor – Faktor yang mempengaruhi *Burnout* 14

2.1.1.4 Alat Ukur *Burnout*..... 15

2.1.2 Dukungan Sosial 16

2.1.2.1 Definisi Dukungan Sosial..... 16

2.1.2.2 Bentuk Dukungan Sosial..... 17

2.1.2.3 Alat Ukur Dukungan Sosial 19

2.2 Hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout*..... 19

2.3 Hipotesis Penelitian 22

BAB III..... 23

3.1 Tipe Penelitian..... 23

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian 23

3.3	Definisi Operasional.....	23
3.3.1	Definisi Operasional <i>Burnout</i>	23
3.3.1	Definisi Operasional Dukungan Sosial	24
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	24
3.4.1	Populasi	24
3.4.2	Sampel dan <i>Sampling</i> Penelitian.....	25
3.4.2.1	Sampel Penelitian.....	25
3.4.2.2	Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.5	Teknik Pengumpulan Data	25
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	25
3.4.1.1	Skala Burnout.....	26
3.4.1.2	Skala Dukungan Sosial	28
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas	30
3.4.2.1	Validitas	30
3.4.2.2	Reliabilitas	31
BAB IV		37
4.1	Profil Responden Penelitian	37
4.2	Pelaksanaan Penelitian	38
4.2.1	Persiapan Penelitian	38
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	38
4.3	Hasil Penelitian.....	39
4.3.1	Uji Asumsi	39
4.3.2	Kategorisasi Subjek Penelitian.....	39
4.3.2.1	Kategori <i>Burnout</i>	39
4.3.2.2	Kategori Dukungan Sosial	41
4.3.3	Uji Hipotesis	42
4.3.3.1	Uji Korelasi Pearson Product Moment.....	42
4.4	Pembahasan	43
BAB V		46
5.1	Kesimpulan.....	46
5.2	Saran.....	46

5.2.1 Saran Praktis 46

DAFTAR PUSTAKA..... 47

LAMPIRAN..... 51



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rentang Skor Skala Likert.....	25
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Burnout</i> Sebelum Uji Coba.....	26
Tabel 3.3 Tabel alternative jawaban.....	27
Tabel 3.4 Blueprint Skala Dukungan Sosial Sebelum uji coba.....	28
Tabel 3.5 Tabel alternative jawaban.....	29
Tabel 3.6 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	30
Tabel 3. 7 Kualifikasi Skor Reliabilitas.....	31
Tabel 3. 8 Blue Print Skala Burnout Setelah Uji Coba.....	32
Tabel 3. 9 Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	33
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Burnout</i> dan Dukungan Sosial...	35
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek.....	37
Tabel 4.2 Hasil Uji Asumsi.....	48
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Burnout</i>	49
Tabel 4.4 Kategorisasi <i>Burnout</i>	50
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Dinamika Variabel.....	22
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kartu Bimbingan Skripsi

Lampiran 2 Data Hasil Wawancara

Lampiran 3 - Verbatim Wawancara Survei

Lampiran 4 - Butir Item Skala

Lampiran 5 – Surat Izin Pengambilan Data

Lampiran 6 – Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 7 – Tabulasi Data Skala Burnout dan Dukungan Sosial

Lampiran 8 – Tabulasi Data Skala Dukungan Sosial

Lampiran 9 – Hasil Uji SPSS Data Normalitas, Linieritas, Homogen dan Korelasional

