

**PENGARUH STRESS KERJA DAN *JOB BURNOUT* TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PADA
PT. AKIBAT BEBEK MUDA DI JAKARTA PUSAT**

SKRIPSI

Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Manajemen
Pada Program Studi Manajemen



RATNA NURENDAH PRASETYANINGSIH

NIM : 1961.20.1114

**INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS AHMAD DAHLAN
JAKARTA**

2023

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Ratna Nurcah P
NIM : 1961201114
Prodi/Konsentrasi : SI Manajemen / Sumber Daya Manusia (SDM)
Judul Skripsi : Pengaruh Stress Kerja dan Job Burnout Terhadap
Kinerja Karyawan Pada PT. Akibat Bebek Muda di
Jakarta Pusat.

Telah ditinjau pada tanggal 28 Agustus 2023 dihadapan Tim Penguji Sidang
Skripsi dan dinyatakan LULUS.

Pembimbing Skripsi,

H. Berlianingsih-K, S.E., M.M

NIDN : 0306056401

Penguji Skripsi,

Dr. Yayat Sujatna, SE., M.Si

NIDN : 0329067601

Ketua Program Studi Manajemen

Avi Mahyudin, S.E., M.M

NIDN : 0304019004

Wakil Ketua Bidang Akademik

Satrio Budi, S.E., M.Si

NIDN : 0009057901

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi “Pengaruh Stress Kerja Dan Job Burnout Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Akibat Bebek Muda di Jakarta Pusat” adalah sepenuhnya karya yang saya buat sendiri dengan arahan dari pembimbing dan belum di ajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini. Jika dikemudian hari ditemukan unsur plagiarisme dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai aturan dan kebijakan yang berlaku.

Tangerang, 1 September 2023



Ratna Nurendah P

NIM : 1961201114

KATA PERSEMBAHAN

Puji dan syukur saya persembahkan dengan segala kerendahan hati kepada Tuhan Yang Maha Esa dengan segala rahmatnya yang tidak pernah meninggalkan saya dalam setiap perjalanan hidup saya.

Tugas akhir ini adalah persembahan saya untuk Orangtua tercinta yang selalu mendoakan, mendukung, menemani, dan selalu memotivasi saya untuk terus maju dan bangkit kembali ketika saya terjatuh. Kemudian kepada suami dan putri saya yang selalu mendukung setiap saat sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini.

Kepada saya sendiri, terima kasih karena terus berjuang dan tidak patah semangat selama hidup, terus memotivasi diri menjadi lebih baik dan mulai wujudkan cita-cita untuk membahagiakan orang tua, suami dan anak.

Kepada teman-teman seperjuangan terimakasih telah mambantu saya dari banyak hal guna mendukung saya ketika saya menduduki bangku kuliah.

Kepada teman-teman dekat lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu, terima kasih telah mendukung serta membantu dalam banyak hal dan membuat saya merasa berharga.

Semua dukungan dan bantuan yang diberikan sangat berarti bagi saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga dengan kata persembahan ini, saya dapat mengekspresikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu saya. Terima kasih.

Salam Sejahtera,

Ratna Nurendah P

KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada Tuhan YME yang telah memberikan nikmat kesehatan, kekuatan, dan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Stress Kerja Dan *Job Burnout* Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Akibat Bebek Muda di Jakarta Pusat”.

Penulisan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Manajemen Sumber Daya Manusia Fakultas Bisnis dan Manajemen ITB Ahmad Dahlan Jakarta.

Selama menempuh studi, penulis menyadari bahwa tidak ada yang dapat diraih dengan mudah. Oleh karena itu, penulis berterima kasih kepada dosen pembimbing, Ibu Hj.Berlianingsih.K,S.E.,M.M, serta Bapak Dr.Yayat Sujatna,SE.,M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan yang sangat berharga dalam menyelesaikan skripsi ini.

Serta teman-teman seperjuangan, sahabat, dan rekan yang telah memberikan dukungan, semangat, dan bantuan penuh dalam menyelesaikan skripsi ini.

Terakhir, Penulis berharap semoga tugas skripsi ini dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan agar skripsi ini dapat menjadi bukti keberhasilan dan bukti pengalaman bagi diri penulis dan juga sebagai motivasi bagi orang-orang yang akan menempuh studi selanjutnya.

Tangerang, 1 September 2023

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	
KATA PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB I PENDAHULUAN.....	15
1.1 Latar Belakang	15
1.2 Batasan Masalah.....	16
1.3 Rumusan Masalah	16
1.4 Tujuan Penelitian.....	17
1.5 Manfaat penelitian	17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN	
HIPOTESIS	18

2.1	Manajemen Sumber Daya Manusia	18
2.2	Stress Kerja.....	19
2.2.1	Pengertian Stress Kerja	19
2.2.2	Gejala Stress Kerja.....	20
2.2.3	Faktor -Faktor Stress Kerja	22
2.2.4	Indikator Stress Kerja.....	23
2.3	Kelelahan Kerja (Burnout)	23
2.3.1	Pengertian Kelelahan Kerja (<i>Burnout</i>).....	23
2.3.2	Dampak <i>Burnout</i> Pada Pekerja	24
2.3.3	Faktor-Faktor Penyebab <i>Burnout</i>	25
2.3.4	Indikator <i>Burnout</i>	26
2.4	Kinerja Karyawan.....	27
2.4.1	Pengertian Kinerja Karyawan	27
2.4.2	Tujuan Kinerja Karyawan.....	27
2.4.3	Pengukuran dan Penilaian Kinerja Karyawan.....	28
2.5	Penelitian Terdahulu.....	29
2.6	Kerangka Pemikiran	33
2.7	Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN		36
3.1	Desain Penelitian	36
3.2	Variabel dan Indikator Penelitian.....	36
3.2.1	Jenis Variabel Penelitian	36
3.2.2	Definisi Operasional Variabel.....	36
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	37
3.4	Jenis dan Sumber Data Penelitian	38

3.4.1	Data Primer	38
3.5	Metode Pengumpulan Data	38
3.5.1	Metode Angket.....	38
3.6	Metode Analisis.....	39
3.6.1	Analisa Deskriptif Variabel.....	39
3.6.2	Uji Instrumen	39
3.6.3	Uji Asumsi Klasik.....	40
3.6.4	Analisis Regresi Linier Berganda	41
3.6.5	Uji Koefisien Determinasi (<i>Adjusted R square</i>)	41
3.6.6	Uji F	42
3.6.7	Uji Hipotesis Parsial (Uji T)	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		43
4.1	Gambaran Umum Perusahaan	43
4.1.1	Sejarah singkat perusahaan	43
4.1.2	Struktur organisasi perusahaan	43
4.1.3	Visi dan Misi Perusahaan.....	45
4.2	Deskripsi Data	46
4.2.1	Deskripsi Hasil Penelitian	46
4.2.2	Identitas Responden	46
4.2.3	Variabel Stress Kerja (x_1)	48
4.2.4	Variable Kinerja Karyawan (Y)	61
4.3	Uji Statistik.....	65
4.3.1	Uji Kualitas Data.....	66
4.3.2	Uji Asumsi Klasik.....	72
4.4	Interprestasi Hasil Penelitian	76

BAB V SIMPULAN DAN SARAN	78
5.1 Simpulan.....	78
5.2 Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pemikiran.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2 Struktur Organisasi Perusahaan**Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 2 Definisi Operasional Variabel.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3 Skala Likert Metode Angket.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4 Jenis Kelamin Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 5 Usia**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 6 Pendidikan Terakhir Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 7 Lama Bekerja Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 8 Saya sering menemui kesulitan pada saat bekerja . **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 9 Saya diberikan Target yang cukup tinggi **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 10 Saya merasa pekerjaan saya terlalu padat **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 11 Saya merasa Waktu istirahat yang diberikan Perusahaan terbatas **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 12 Saya merasa Pimpinan kurang memberikan arahan perbaikan ketika Karyawan melakukan kesalahan kerja ..**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 13 Ketika saya melakukan kesalahan kerja, Investigasi yang dilakukan Perusahaan membuat saya tidak nyaman **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 14 Iklim kerja ditempat saya bekerja membuat saya merasa tidak nyaman**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 15 Saya merasa fasilitas yang disediakan Perusahaan belum memadai**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 16 Saya merasa keleluasaan dalam bekerja sangat terbatas..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 17 Saya merasa sulit menyelesaikan masalah dengan rekan kerja **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 18 Sering kali pekerjaan yang saya lakukan tidak sesuai dengan hati nurani

-**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 19 Saya sulit mengendalikan diri ketika terjadi selisih paham dengan atasan
.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 20 Ketika saya mengalami perbedaan pendapat dengan Pimpinan, membuat
saya merasa tidak nyaman**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 21 Saya merasa Job Description yang diberikan tidak sesuai dengan posisi
saya**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 22 Rekapitulasi Pernyataan dan Jawaban Kuesioner X1 .**Error! Bookmark
not defined.**
- Tabel 23 Saya merasakan kelelahan fisik yang amat sangat**Error! Bookmark not
defined.**
- Tabel 24 Saya merasa lesu ketika bangun pagi karena harus menjalani hari
ditempat kerja**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 25 Saya merasa sering sakit kepala disaat sedang bekerja..... **Error!
Bookmark not defined.**
- Tabel 26 Beban pekerjaan saya terlalu banyak**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 27 Saya pernah absen karena kecapean bekerja..... **Error! Bookmark not
defined.**
- Tabel 28 Saya tidak peduli terhadap sesama karyawan **Error! Bookmark not
defined.**
- Tabel 29 Saya selalu sinis dengan sesama karyawan..... **Error! Bookmark not
defined.**
- Tabel 30 Saya tidak berperasaan dengan sesama karyawan**Error! Bookmark not
defined.**
- Tabel 31 Rekapitulasi Pernyataan dan Jawaban Kuesioner X2 .**Error! Bookmark
not defined.**
- Tabel 32 Mutu hasil kerja sesuai standar yang ditetapkan, dengan melihat
ketepatan, ketelitian, kerapian dan keberhasilan hasil pekerjaan yang
sesuai yang diharapkan**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 33 Kemampuan karyawan dalam menyelesaikan dari beberapa pekerjaan
yang ditugaskan**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 34 Pekerjaan selesai tepat waktu yang ditetapkan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 35 Mampu menggunakan peralatan kerja untuk mempermudah pekerjaan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 36 Kemampuan karyawan bekerja secara mandiri ...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 37 Rekapitulasi Pernyataan dan Jawaban Kuesioner Y ..	Error! Bookmark not defined.
Tabel 38 Hasil Perhitungan Variabel (X) dan Variabel (Y)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 39 Uji Korelasi Variabel Stress Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 40 Uji Validitas Variabel Independen (Stress Kerja)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 41 Uji Validitas Variabel Independen (<i>Job Burnout</i>)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 42 Uji Validitas Variabel Independen (<i>Job Burnout</i>)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 43 Uji Validitas Variabel Dependen (Kinerja Karyawan)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 44 Uji Validitas Variabel Kinerja Karyawan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 45 Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 46 Uji Normalitas.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 47 Uji Multikolinearitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 48 Analisis Regresi berganda.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 49 Pedoman untuk memberi Interpretasi Koefisien Korelasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 50 Uji Koefisien Korelasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 51 Uji Koefisien Determinasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 52 Pengujian Hipotesis T	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Penyebaran Kuesioner	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Tabulasi Jawaban Responden.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Hasil Regresi dan Korelasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Hasil Uji F	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Hasil Uji T	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Daftar Bimbingan Skripsi.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Surat Pengantar Dosen Pembimbing	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Surat Permohonan Riset	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14 Surat Balasan Dari Instansi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 15 Publikasi Jurnal	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup	Error! Bookmark not defined.

