

SKRIPSI

PENGARUH BEBAN KERJA, WORK-LIFE BALANCE, DAN STRESS KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH ALİYAH NEGERI KOTA SURABAYA



Oleh :

MUHAMMAD RIZKI ZULFIKAR
NBI : 1212000253

**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA, WORK-LIFE BALANCE, DAN STRESS
KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH
ALIAH NEGERI KOTA SURABAYA**



Oleh : MUHAMMAD RIZKI ZULFIKAR

NBI: 1212000253

**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**PENGARUH BEBAN KERJA, WORK-LIFE BALANCE DAN STRESS
KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH
ALIAH NEGERI KOTA SURABAYA**

SKRIPSI

Di ajukan untuk memenuhi persyaratan guna mendapatkan Gelar Sarjana Ekonomi
Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Oleh : MUHAMMAD RIZKI ZULFIKAR

NBI: 1212000253

**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

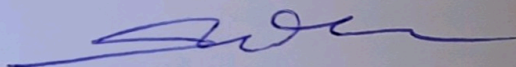
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Nama Lengkap : Muhammad Rizki Zulfikar
NBI : 1212000253
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Program Studi : Manajemen
Judul Skripsi : PENGARUH BEBAN KERJA , WORK-LIFE BALANCE,
DAN STRESS KERJA TERHADAP JOB BURNOUT
PADA GURU DI MADRASAH ALIYAH NEGERI
KOTA SURABAYA

Surabaya, 21 desember 2023

Mengetahui / Menyetujui

Pembimbing,



Dra. Ec. Sri Budi K, MM

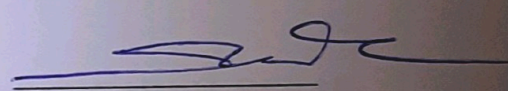
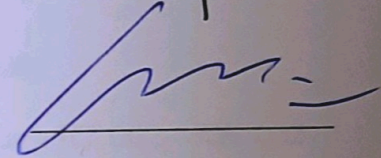
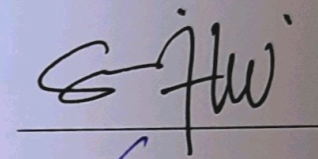
NPP : 20210880140

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJIAN SKRIPSI

Dipertahankan didepan sidang Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan dinyatakan diterima untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana ekonomi pada tanggal

TIM PENGUJI :

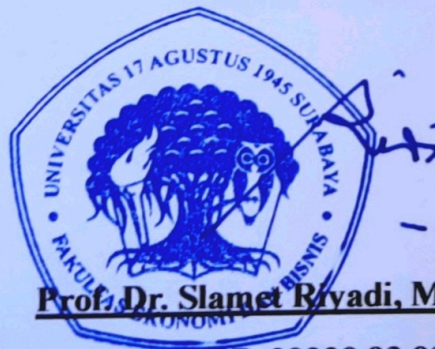
1. Dr. Sumiati, mm - ketua
2. Drs. Kridha Herry Gunawan, mm - anggota
3. Dra. Ec. Sri Budi K, mm - anggota



Mengesahkan

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Prof. Dr. Slamet Riyadi, M. Si, Ak., CA

NPP. 20220.93.0319

SURAT PERNYATAAN ANTI PLAGIAT

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini :

1. Nama Lengkap (KTP) : Muhammad Rizki Zulfikar
2. NBI : 1212000253
3. Fakultas : Ekonomi Dan Bisnis
4. Program Studi : Manajemen
5. NIK (KTP) : 3578031008010002
6. Alamat Rumah (KTP) : Medokan Kampung RT 002 / RW 002

Dengan ini menyatakan skripsi yang berjudul : “ **PENGARUH BEBAN KERJA , WORK-LIFE BALANCE, DAN STRESS KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH ALIYAH NEGERI KOTA SURABAYA**” adalah benar-benar hasil rancangan, tulisan dan pemikiran saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiat atau menyalin menyadur dari karya tulis ilmiah orang lain baik berupa Artikel, Skripsi, Tesiis maupun Disertasi. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, jika dikemudian hari ternyata terbukti bahwa skripsi saya yang saya tulis adalah hasil plagiat maka saya bersedia menerima sanksi apapun atas perbuatan saya dan bertanggung jawab secara mandiri tanpa ada sangkut pautnya dengan Dosen Pembimbing dan Kelembagaan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Untag Surabaya.

Surabaya, 25 Januari 2024

Yang Membuat,

(Muham




UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl.Semolowaru 45 Surabaya
Tlp. 031 593 1800 (ex.311)
Email: perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Rizki Zulfikar
NBI : 1212000253
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Program Studi : Manajemen
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

“Pengaruh Beban Kerja, Work-Life Balance dan Stress Kerja Terhadap Job Burnout pada Guru di Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya”

Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty- Free Right), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolahh dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum nama sayasebagai penulis.

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 29 Januari 2024

Yang Menyatakan,

(Muham 90109AKX831334000

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga saya diberikan kesempatan untuk melanjutkan pendidikan program sarjana Ekonomi dan menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kebanggaan. Saya mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan membimbing saya dalam menempuh pendidikan dan menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya saya tujukan kepada:

1. Allah SWT, atas diberikannya rahmat, umur panjang dan kesehatan sehingga skripsi ini diberi kemudahan serta kelancaran dalam penyusunan skripsi ini
2. Dra. Ec. Sri Budi K, MM. selaku Pembimbing yang telah banyak memberikan pengarahan, bimbingan, dan tambahan ilmu serta wawasannya. Saya sangat berterima kasih atas waktu yang telah diberikan untuk membimbing, mengoreksi, serta memberikan saran dalam pelaksanaan penelitian dan penulisan skripsi ini. Terima kasih juga saya ucapkan karena telah banyak membantu kelancaran proses perkuliahan saya.
3. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI. selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah memberikan kesempatan pada saya untuk menuntut ilmu dan menyelesaikan pendidikan Program Sarjana Ekonomi Manajemen di Fakultas Ekonomi dan Bisnis ix Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Prof. Dr. H. Slamet Riyadi, M.Si., Ak., CA. selaku Dekan Fakultas Ekonomi Dan Bisnis, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan dan fasilitas serta bimbingan yang telah diberikan kepada saya selama menempuh proses perkuliahan pada pendidikan Program Sarjana Ekonomi Manajemen di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Ulfi Pristiana, M.Si. selaku Kepala Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengizinkan melaksanakan penelitian. Terima kasih juga saya ucapkan karena telah banyak membantu kelancaran proses perkuliahan saya.

6. Terima kasih untuk teman-teman dan keluarga saya yang selalu membantu saya dalam mengerjakan skripsi dan juga mensupport kegiatan perkuliahan saya.

Dengan segala kelebihan serta kekurangan yang ada, saya menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini dan saya terbuka menerima saran dan kritik.

Surabaya, 21 desember 2023

Muhammad Rizki Zulfikar

RINGKASAN

Judul skripsi “Beban Kerja , Work-Life Balance, Dan Stress Kerja Terhadap Job Burnout PENGARUH BEBAN KERJA , WORK-LIFE BALANCE, DAN STRESS KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH ALIYAH NEGERI KOTA SURABAYA”. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah guru di Madrasah Aliyah Negeri kota Surabaya. Teknik pengumpulan data studi pustaka yang diperoleh dari buku dan jurnal. Data diolah dengan regresi linier berganda. Sedangkan asumsi klasik yang digunakan antara lain uji multikolinearitas, uji heterokedastisitas, dan uji normalitas. Analisis data dalam penelitian ini dengan menggunakan SPSS versi 27. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel beban kerja tidak berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh beban kerja terhadap job burnout tetapi tidak signifikan, sehingga Hipotesis ditolak. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel work-life balance berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh work-life balance terhadap job burnout, sehingga Hipotesis diterima. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel stress kerja berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh stress kerja terhadap job burnout, sehingga Hipotesis diterima. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel beban kerja , work-life balance dan stress kerja berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh beban kerja , work-life balance dan stress kerja secara bersama-sama terhadap job burnout. Sehingga Hipotesis diterima.

Simpulan dari penelitian ini menunjukkan variabel work-life balance dan stress kerja secara parsial mempunyai pengaruh signifikan terhadap Kinerja Karyawan, namun pada variabel beban Kerja secara parsial tidak mempunyai pengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. Sedangkan beban kerja, work-life balance dan stress kerja secara simultan mempunyai pengaruh signifikan terhadap job burnout.

SUMMARY

The title of the thesis is "Workload, Work-Life Balance, and Job Stress on Job Burnout THE EFFECT OF WORKLOAD, WORK-LIFE BALANCE, AND WORK STRESS ON JOB BURNOUT IN TEACHERS AT MADRASAH ALIYAH NEGERI CITY OF SURABAYA". The population used in this study were teachers at the Surabaya City State Aliyah Madrasah. Literature study data collection techniques obtained from books and journals. Data processed with multiple linear regression. While the classical assumptions used include multicollinearity test, heteroscedasticity test, and normality test. Data analysis in this study using SPSS version 27. From the results of data analysis that has been done, the results show that the workload variable does not have a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of workload on job burnout but it is not significant, so the hypothesis is rejected. From the results of the data analysis that has been carried out, it is obtained that the work-life balance variable has a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of work-life balance on job burnout, so the hypothesis is accepted. From the results of the data analysis that has been carried out, it is obtained that the work stress variable has a significant effect on job burnout. This means that there is an effect of job stress on job burnout, so the hypothesis is accepted. From the results of data analysis that has been done, it is obtained that the variables of workload, work-life balance and work stress have a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of workload, work-life balance and work stress together on job burnout. So that the hypothesis is accepted.

The conclusion of this study shows that the work-life balance and work stress variables partially have a significant effect on employee performance, but the workload variable partially has a significant effect on employee performance. While workload, work-life balance and work stress simultaneously have a significant influence on job burnout.

ABSTRAK
PENGARUH BEBAN KERJA , WORK-LIFE BALANCE, DAN STRESS
KERJA TERHADAP JOB BURNOUT PADA GURU DI MADRASAH
ALIYAH NEGERI KOTA SURABAYA

Penelitian ini dilatar belakangi berdasarkan fenomena yang ada. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendapatkan kajian tentang pengaruh Pengaruh Beban Kerja , Work-Life Balance, Dan Stress Kerja Terhadap Job Burnout Pada Guru Di Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 74 guru. Metode Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan jenis Non probability sampling dengan teknik Total Sampling. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner langsung dan kuesioner online. Dalam penelitian ini, metode analisis yang digunakan adalah data kuantitatif. Untuk melakukannya, menggunakan program SPSS 27 (Statistical Product and Service Solution) Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel beban kerja tidak berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh beban kerja terhadap job burnout tetapi tidak signifikan, sehingga Hipotesis ditolak. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel work-life balance berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh work-life balance terhadap job burnout, sehingga Hipotesis diterima. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel stress kerja berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh stress kerja terhadap job burnout, sehingga Hipotesis diterima. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa variabel beban kerja , work-life balance dan stress kerja berpengaruh secara signifikan terhadap job burnout. Artinya terdapat pengaruh beban kerja , work-life balance dan stress kerja secara bersama-sama terhadap job burnout. Sehingga Hipotesis diterima.

Kata kunci : Beban Kerja , Work-Life Balance, Stress Kerja , Job Burnout

ABSTRACT

the influence of the Effect of Workload, Work-Life Balance, and Work Stress on Job Burnout in Teachers at Madrasah Aliyah Negeri Surabaya City

This research is based on the existing phenomenon. The purpose of this study was to determine and obtain a study of the influence of the Effect of Workload, Work-Life Balance, and Work Stress on Job Burnout in Teachers at Madrasah Aliyah Negeri Surabaya City. This research is a quantitative study with a sample size of 74 teachers. The sampling method in this study used a type of non-probability sampling with total sampling technique. The types of questionnaires used in this study were direct questionnaires and online questionnaires. In this study, the analysis method used is quantitative data. To do so, using the SPSS 27 (Statistical Product and Service Solution) program. From the results of data analysis that has been carried out, the results show that the workload variable does not have a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of workload on job burnout but not significant, so the hypothesis is rejected. From the results of the data analysis that has been carried out, it is obtained that the work-life balance variable has a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of work-life balance on job burnout, so the hypothesis is accepted. From the results of the data analysis that has been carried out, it is obtained that the work stress variable has a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of job stress on job burnout, so the hypothesis is accepted. From the results of data analysis that has been done, it is obtained that the variables of workload, work-life balance and work stress have a significant effect on job burnout. This means that there is an influence of workload, work-life balance and work stress together on job burnout. So that the hypothesis is accepted.

Keywords: Workload, Work-Life Balance, Work Stress, Job Burnout

DAFTAR ISI

COVER LUAR.....	i
COVER DALAM.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN ANTI PLAGIAT.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
RINGKASAN.....	ix
SUMMARY.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II.....	7
KAJIAN PUSTAKA.....	7
2.1. Landasan Teori.....	7
2.1.1. Manajemen Sumber Daya Manusia.....	7

2.1.1.1.	Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	7
2.1.1.2.	Fungsi Manajemen Sumber Daya Manusia	7
2.1.1.3.	Tujuan Manajemen Sumber Daya Manusia	9
2.2.	Beban Kerja	10
2.2.1.	Pengertian Beban Kerja	10
2.2.2.	Faktor– Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja	11
2.2.3.	Indicator Beban Kerja	11
2.3.	Work-Life Balance	12
2.3.1.	Pengertian Work-Life Balance	12
2.3.2.	Indikator Work-Life Balance	13
2.3.3.	Dimensi Work Life Balance	14
2.3.4.	Manfaat Work-Life Balance	14
2.4.	Stress Kerja	15
2.4.1.	Pengertian Stress Kerja	15
2.4.2.	Jenis -Jenis Stress	15
2.4.3.	Indikator Stress Kerja	16
2.4.4.	Penyebab Stress Kerja	17
2.5.	Job Burnout	18
2.5.1.	Pengertian job Burnout	18
2.5.2.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout	18
2.5.3.	Indikator Burnout	23
2.6.	Penelitian Terdahulu	24
2.7.	Hubungan Antar Variabel	26
2.7.1.	Beban Kerja Terhadap Job Burnout	26
2.7.2.	Work-life balance Terhadap Job Burnout	26
2.7.3.	Stress kerja Terhadap Job Burnout	27

2.8.	Kerangka Konseptual	27
2.9.	Hipotesis	28
BAB III.....		29
METODE PENELITIAN		29
3.1.	Desain Penelitian	29
3.2.	Tempat Dan Waktu Penelitian	29
3.3.	Jenis dan Sumber Data	29
3.3.1.	Jenis Data	29
3.3.2.	Sumber Data	29
3.4.	Populasi dan Sampel	30
3.4.1.	Populasi Penelitian	30
3.4.2.	Sampel Penelitian	30
3.5.	Teknik Pengumpulan Data	30
3.6.	Definisi Variabel dan Definisi Operasional	31
3.6.1.	Definisi Variabel	31
3.6.2.	Definisi Operasional	32
3.7	Proses Pengolahan Data.....	35
3.8.	Mode Analisis Data.....	36
3.8.1.	Uji Instrumen.....	36
3.8.2.	Uji Asumsi Klasik	36
3.8.3.	Analisa Regresi Linier Berganda	37
3.9.	Teknik Pengujian Hipotesis.....	38
3.9.1.	Uji F	38
3.9.2.	Uji T	38

3.9.3.	Koefisien Determinasi (R ²).....	38
BAB IV		39
HASIL PENELITIAN		39
4.1.	Gambaran Umum Objek Penelitian	39
4.1.1.	Profil Sekolah	39
4.1.2.	Visi & Misi Sekolah	39
4.2.	Deskripsi Hasil Penelitian	40
4.2.1.	Deskripsi Berdasarkan Karakteristik Responden	40
4.2.2.	Deskripsi Tanggapan Responden Terhadap Variabel Penelitian	40
4.3.	Uji Insrument (kuisisioner)	44
4.3.1.	Uji Validitas	44
4.3.2.	Uji Reliabilitas	46
4.4.	Uji Asumsi Klasik	47
4.4.1.	Uji Normalitas	47
4.4.2.	Uji Multikolinearitas	48
4.4.3.	Uji Heteroskedastisitas	48
4.5.	Analisis Regresi Linier Berganda	49
4.6.	Teknik Pengujian Hipotesis	50
4.6.1.	Uji t	50
4.6.2.	Uji F	51
4.6.3.	Koefisien Determinasi	52
4.7.	Pembahasan Hasil Temuan Penelitian	53
4.7.1.	Pengaruh Beban Kerja Terhadap Job Burnout	53
4.7.2.	Pengaruh Work-Life Balance Terhadap Job Burnout	53
4.7.3.	Pengaruh Stress Kerja Terhadap Job Burnout	54
4.8.	Implikasi Penelitian	54

4.8.1.	Beban Kerja	54
4.8.2.	Work-Life Balance	55
4.8.3.	Stress Kerja	55
4.9.	Keterbatasan Penelitian	55
BAB V	57
PENUTUP	57
5.1	Simpulan	57
5.2.	Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59

DAFTAR GAMBAR

gambar 2.1 Kerangka Konseptual	42
gambar 4.1 uji normalitas.....	79
gambar 4.2 uji heteroskedastisitas.....	81

DAFTAR TABEL

abel 3.1 skala likert.....	53
tabel 4.2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	68
tabel 4.3 karakteristik responden berdasarkan umur.....	69
tabel 4.4 rata-rata jawaban responden variabel beban kerja.....	70
tabel 4.5 rata-rata jawaban responden variabel work-life balance.....	71
tabel 4.6 rata-rata jawaban responden variabel stress kerja.....	72
table 4.7 rata-rata jawaban responden variabel job burnout.....	73
tabel 4.8 hasil pengujian validitas.....	73
table 4.9 hasil pengjian reabilitas.....	76
table 4.10 hasil pengujian multikolinearitas.....	79
table 4.11 hasil uji heteroskedastisitas.....	82
table 4.12 uji heteroskedastisitas.....	82
table 4.13 analisis regresi linier berganda.....	84
table 4.14 uji t.....	86
table 4.15 uji f.....	88
koefisien determinasi.....	89

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 kuisioner penelitian.....	91
LAMPIRAN 2 rata-rata jawaban responden variable beban kerja.....	100
LAMPIRAN 3 rata-rata jawaban responden variable work-life balance.....	101
LAMPIRAN 4 rata-rata jawaban responden stress kerja.....	102
LAMPIRAN 5 rata-rata jawaban responden job burnout.....	103
LAMPIRAN 6 keterangan penelitian.....	104
LAMPIRAN 7 kartu bimbingan.....	105
LAMPIRAN 8 hasil turnitin perpustakaan.....	106