

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian

PENGARUH BEBAN KERJA , WORK-LIFE BALANCE , STRESS KERJA TERHADAP JOB BURNOUT

Responden Yth :

Saya memohon izin untuk menyediakan waktu Anda dalam mengisi kuisisioner ini. Kuisisioner ini ditujukan kepada Guru Di Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya. Penelitian ini merupakan bagian dari persyaratan untuk menyelesaikan skripsi di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Kuisisioner ini digunakan hanya untuk tujuan penelitian, dan informasi yang Anda berikan akan tetap rahasia dan tidak akan dibagikan kepada pihak lain. Demikian permohonan ini disampaikan, sebelum dan sesudahnya penulis ucapkan terimakasih atas perhatian Anda demi kelancaran penelitian ini.

IDENTITAS RESPONDEN :

1. Nama Responden :
2. Usia : Tahun
3. Jenis Kelamin : () Pria / () Wanita

Petunjuk Pengisian Kuisisioner :

- 1) Mohon kesediaan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk memberikan jawaban dengan tanda checklist pada kolom yang tersedia dan dianggap paling sesuai.
 1. STS = Sangat Tidak Setuju
 2. TS = Tidak Setuju
 3. N = Netral
 4. S = Setuju
 5. SS = Sangat Setuju
- 2) Setiap pertanyaan hanya membutuhkan satu jawaban saja.
- 3) Mohon memberikan jawaban yang teliti, jujur, dan sebenarnya karena tidak akan mempengaruhi pekerjaan anda.
- 4) Setelah mengisi kuisisioner mohon Bapak/Ibu/Saudara/I memberikan kembali kepada pemberi kuisisioner.

- 5) Jawaban kuisisioner ini tidak mempunyai konsekuensi apapun dan tidak ada penilaian benar atau salah atas jawaban yang Anda berikan. Terima kasih atas partisipasi yang Anda berikan.

BEBAN KERJA (X1)

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
		5	4	3	2	1
1	Kondisi pekerjaan, seperti beban tugas dan tanggung jawab, sangat mempengaruhi tingkat burnout saya.					
2	Lingkungan kerja, seperti kebisingan dan suhu ruangan, berkontribusi pada tingkat burnout yang saya alami.					
3	Ketersediaan sumber daya di tempat kerja, seperti alat dan perangkat lunak, mempengaruhi tingkat burnout saya.					
4	Penggunaan waktu kerja yang tidak efisien atau terlalu lama berkontribusi pada tingkat burnout saya.					
5	Tekanan untuk bekerja lembur atau menjalani jam kerja yang panjang memengaruhi tingkat burnout saya.					
6	Fleksibilitas dalam pengaturan waktu kerja dapat mempengaruhi tingkat burnout saya.					
7	Tekanan untuk mencapai target kerja yang tinggi berkontribusi pada tingkat burnout saya.					
8	Target kerja yang ditetapkan dapat memengaruhi keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi saya.					
9	Dukungan dan bimbingan dari atasan atau rekan kerja dapat meminimalkan dampak target kerja terhadap burnout.					
10	Kurangnya penghargaan atau pengakuan terhadap upaya dan hasil kerja berdampak pada peningkatan beban kerja saya.					

WORK-LIFE BALANCE (X2)

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
		5	4	3	2	1
1	Saya merasa bahwa saya berhasil menjaga keseimbangan antara waktu yang saya habiskan untuk pekerjaan dan waktu yang saya habiskan untuk kehidupan pribadi.					
2	Ketidakseimbangan waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi saya dapat menyebabkan tingkat kelelahan yang tinggi.					
3	Terkadang, pekerjaan saya menghabiskan terlalu banyak waktu, sehingga saya kesulitan menjalani kehidupan pribadi yang seimbang.					
4	Saya merasa memiliki kendali atas sejauh mana saya terlibat dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi saya.					
5	Tingkat keterlibatan saya dalam pekerjaan mengganggu waktu yang seharusnya saya habiskan untuk kehidupan pribadi dan keluarga.					
6	Keterlibatan yang tidak seimbang antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menyebabkan perasaan kewalahan dan ketidakpuasan.					
7	Saya merasa puas dengan kualitas hidup saya yang mencakup pekerjaan dan kehidupan pribadi.					
8	Ketidakpuasan dalam pekerjaan atau kehidupan pribadi mengganggu keseimbangan hidup saya.					
9	Keseimbangan kepuasan yang buruk antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menyebabkan tingkat burnout yang tinggi..					
10	Dengan rasa kepuasan yang tinggi dapat mempengaruhi kerja kita dikantor					

STRES KERJA (X3)

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
		5	4	3	2	1
1	Saya mengalami gangguan tidur seperti insomnia atau gangguan tidur lainnya akibat stres kerja.					
2	Stres kerja kadang-kadang menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti sakit kepala, sakit perut, atau masalah pencernaan.					
3	Stres kerja membuat saya merasa fisik kelelahan dan kurang berenergi.					
4	Saya sering merasa cemas, gelisah, atau tegang secara psikologis akibat tekanan pekerjaan.					
5	Stres kerja membuat saya merasa cemas dan seringkali sulit untuk rileks atau tidur dengan tenang.					
6	Saya merasa kehilangan minat atau semangat dalam pekerjaan akibat tekanan yang berlebihan.					
7	Saya sering merasa mudah marah atau iritabel terhadap rekan kerja atau keluarga saya karena stres kerja.					
8	Stres kerja membuat saya sering menarik diri dari interaksi sosial atau menghindari tanggung jawab pekerjaan.					
9	Saya merasa sulit untuk menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi akibat tekanan pekerjaan yang tinggi.					
10	Emosi yang didapatkan sari stress dapat mengacaukan pekerjaan.					

JOB BURNOUT (Y)

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
		5	4	3	2	1
1	Saya merasa kelelahan secara fisik dan mental karena tekanan pekerjaan					
2	saya merasa sangat lelah hingga sulit untuk menjalani tugas sehari-hari saya.					
3	Stres kerja telah menguras energi dan semangat saya.					
4	Kelelahan membuat tidak focus saat bekerja					
5	Saya cenderung menjadi sinis dan skeptis terhadap nilai-nilai dan tujuan organisasi di tempat saya bekerja.					
6	Saya merasa kurang peduli terhadap rekan kerja dan pekerjaan saya..					
7	Pekerjaan saya seringkali tampak tidak memiliki makna atau tujuan yang jelas.					
8	Saya merasa bahwa saya sudah tidak efektif dalam menyelesaikan tugas pekerjaan saya.					
9	Saya menghadapi kesulitan dalam mencapai hasil yang diharapkan dalam pekerjaan saya.					
10	Saya merasa kurang kompeten dan berkinerja rendah dalam pekerjaan saya.					

Lampiran 2 rata-rata jawaban responden variable beban kerja

Rata-Rata Jawaban Responden Variabel Beban Kerja (X1)

No	Pertanyaan	Mean
1	Kondisi pekerjaan, seperti beban tugas, sangat mempengaruhi tingkat kejenuhan kerja saya.	4,1
2	Lingkungan kerja, seperti suhu ruangan, berkontribusi pada tingkat kejenuhan kerja saya.	4,0
3	Ketersediaan sumber daya di tempat kerja, seperti peralatan kerja, mempengaruhi tingkat kejenuhan kerja saya.	3,9
4	Penggunaan waktu kerja yang terlalu lama berkontribusi pada tingkat kejenuhan kerja saya.	3,8
5	Tekanan untuk bekerja lembur atau menjalani jam kerja yang panjang memengaruhi tingkat kejenuhan kerja saya.	4,0
6	Fleksibilitas dalam pengaturan waktu kerja dapat mempengaruhi tingkat kejenuhan kerja saya.	3,9
7	Tekanan untuk mencapai target kerja yang tinggi berkontribusi pada tingkat kejenuhan kerja saya.	4,1
8	Target kerja yang ditetapkan dapat memengaruhi tingkat kejenuhan kerja saya.	4,0
9	Dukungan dan bimbingan dari atasan dan rekan kerja dapat meminimalkan dampak target kerja terhadap kejenuhan kerja saya.	4,0
Rata-rata jawaban responden		3,97 (Setuju)

Lampiran 3 rata-rata jawaban responden variable work-life balance

Rata-Rata Jawaban Responden Variable Work-Life Balance (X2)

No	Pertanyaan	Mean
1	Saya merasa bahwa saya berhasil menjaga keseimbangan antara waktu yang saya habiskan untuk pekerjaan dan waktu yang saya habiskan untuk kehidupan pribadi.	4,0
2	Ketidakseimbangan waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi saya dapat menyebabkan tingkat kelelahan yang tinggi.	4,1
3	Terkadang, pekerjaan saya menghabiskan terlalu banyak waktu, sehingga saya kesulitan menjalani kehidupan pribadi yang seimbang.	3,9
4	Saya merasa memiliki kendali atas sejauh mana saya terlibat dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi saya.	4,1
5	Tingkat keterlibatan saya dalam pekerjaan mengganggu waktu yang seharusnya saya habiskan untuk kehidupan pribadi dan keluarga.	3,9
6	Keterlibatan yang tidak seimbang antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menyebabkan perasaan jenuh.	4,1
7	Saya merasa puas dengan kualitas hidup saya yang mencakup pekerjaan dan kehidupan pribadi.	3,8
8	Ketidakpuasan dalam pekerjaan atau kehidupan pribadi mengganggu keseimbangan hidup saya.	3,9
9	Keseimbangan kepuasan yang buruk antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat menyebabkan tingkat kejenuhan kerja yang tinggi..	4,1
Rata-rata jawaban responden		3,98 (setuju)

Lampiran 4 rata-rata jawaban responden variable stress kerja

Rata- rata jawaban responden variable stress kerja (X3)

No	Pertanyaan	Mean
1	Saya mengalami gangguan tidur seperti insomnia atau gangguan tidur lainnya akibat stres kerja.	3,9
2	Stres kerja kadang-kadang menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti sakit kepala, sakit perut, atau masalah pencernaan.	3,8
3	Stres kerja membuat saya merasa fisik kelelahan dan kurang berenergi.	4,0
4	Saya sering merasa cemas, gelisah, atau tegang secara psikologis akibat tekanan pekerjaan.	3,8
5	Stres kerja membuat saya merasa cemas dan seringkali sulit untuk rileks atau tidur dengan tenang.	4,1
6	Saya merasa kehilangan minat atau semangat dalam pekerjaan akibat tekanan yang berlebihan.	4,0
7	Saya sering merasa mudah marah terhadap rekan kerja atau keluarga saya karena stres kerja.	4,0
8	Stres kerja membuat saya sering menarik diri dari interaksi sosial atau menghindari tanggung jawab pekerjaan.	3,8
9	Emosi yang didapatkan dari stress dapat mengacaukan pekerjaan.	3,9
Rata-rata jawaban responden		3,92 (setuju)

Lampiran 5 rata-rata jawaban responden variable job burnout

Rata-rata jawaban responden variable job burnout

No	Pertanyaan	Mean
1	Saya merasa kelelahan secara fisik dan mental karena tekanan pekerjaan	3,9
2	saya merasa sangat lelah hingga sulit untuk menjalani tugas sehari-hari saya.	3,7
3	Saya tertekan sehingga menguras energi dan semangat saya.	3,7
4	Saya merasa lelah sehingga tidak focus saat bekerja	3,8
5	Saya cenderung menjadi sinis dan skeptis terhadap nilai-nilai dan tujuan organisasi di tempat saya bekerja.	3,5
6	Saya merasa kurang peduli terhadap pekerjaan saya..	3,3
7	Pekerjaan saya seringkali tampak tidak memiliki makna atau tujuan yang jelas.	3,5
8	Saya merasa bahwa saya sudah tidak efektif dalam menyelesaikan tugas pekerjaan saya.	3,5
9	Saya menghadapi kesulitan dalam mencapai hasil yang diharapkan dalam pekerjaan saya.	3,5
Rata-rata jawaban responden		3,6 (setuju)

Lampiran 6 surat keterangan penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA SURABAYA
MADRASAH ALIYAH NEGERI KOTA SURABAYA

Jalan Wonorejo Timur Nomor. 14 Rungkut, Telepon/Faximile (031) 8717001
email : mankotasurabaya@kemenag.go.id, Website : www.man-surabaya.sch.id
SURABAYA – 6 0 2 9 6

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 225/Ma.13.29.01/11/2023

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Drs. FATHORRAKHMAN, M.Pd
NIP. : 19661228 199303 1 001
Pangkat/Gol. : Pembina Tk. I /IVb
Jabatan : Kepala Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : MUHAMMAD RIZKI ZULFIKAR
NIM : 1212000253
Program Studi : Manajemen
Semester : 7 (Tujuh)
Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Yang bersangkutan telah selesai melaksanakan Penelitian di Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya dari tanggal 8 November 2023 s.d 30 November 2023, berdasarkan surat dari Dekan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Nomor : 3322/K/FEB/X/2023, Tanggal : 30 Oktober 2023, dengan Judul Penelitian : Pengaruh Beban Kerja, Work Life Balance, Stress Kerja Terhadap Job Burnout Pada Guru di Madrasah Aliyah Negeri Kota Surabaya.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Surabaya, 30 November 2023
Pejabat Pembuat Keterangan



Fathorrahman

Lampiran 7 kartu bimbingan


UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 (UNTAG) SURABAYA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Kampus Jl. Semolowari 45 Surabaya 60118, Telp. (031) 5931800 Pst 140&141 E-mail: feb@untag-sby.ac.id

SEMESTER
 Gasal / Genap

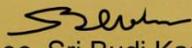
KARTU BIMBINGAN SKRIPSI


Nama Mahasiswa / NBI : Muhammad Rizki Zul Fikri
 Nama Pembimbing : Dra. Ec. Sri Budi K. MM
 Judul Skripsi : Pengaruh beban kerja, work balance terhadap job turnover pada guru di Madrasah Aliyah Kota Surabaya

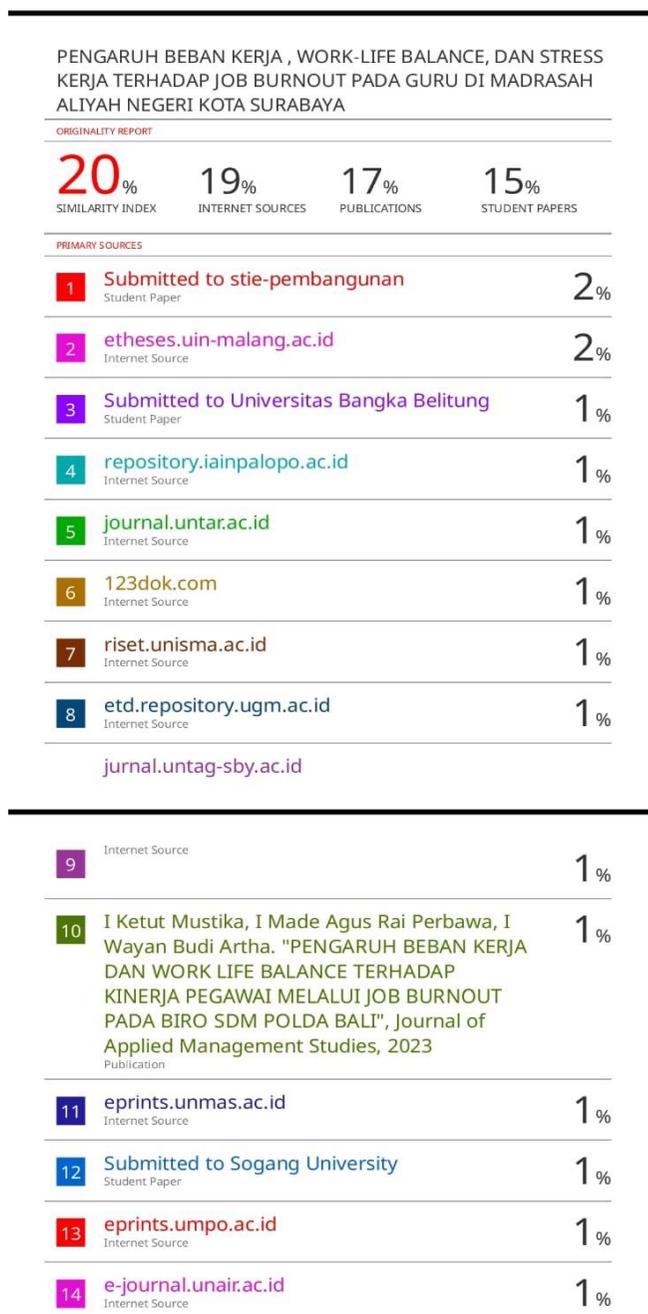
Mulai Program Skripsi : Semester Thn. Ak. Selesai Bimbingan Tanggal

No.	HARI / TANGGAL	KONSENTRASI		PARAF
		BAB / HAL	KETERANGAN REVISI	
1.	15 sept 23	JUDUL	Acc	
2.	22 sept 23	Bab I	Revisi	
3.	4 okt '23	Bab I, II	Revisi	
4.	12 okt '23	Bab IV	Revisi	
5.	17 okt '23	bab I+II	Acc	
6.	18 okt '23	bab I-III Kesimpulan	Acc	
7.	19 des 2023	Bab 4,5	Revisi	
8.	20 des 2023	Bab 4,5	Acc	
9.	22 des 2023	Abstrak	Acc	

Perpanjangan I : _____
 Semester : _____
 Th. Ak. : _____
 Paraf Kajar : _____

Desember 2023
 Surabaya,

Dra.ec. Sri Budi Kasiyati, mm
 (Nama dan tanda tangan Pembimbing)

Lampiran 8 hasil turnitin perpustakaan



15	repository.usm.ac.id Internet Source	1 %
16	Richard Wiratama, Suwandi Ng, Lukman Lukman. "JOB BURNOUT DAN REDUCED AUDIT QUALITY PRACTICES (RAQP) DALAM PERSPEKTIF ROLE STRESS", SIMAK, 2019 Publication	1 %
17	repository.unair.ac.id Internet Source	1 %

18	Yolanda Handoko, Yanthy Herawaty Purnama. "PENGARUH KEPEMIMPINAN, BEBAN KERJA, DAN DISIPLIN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN (Studi Pada PT. Cendikia Global Solusi)", Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 2023 Publication	1 %
19	Submitted to iGroup Student Paper	1 %
20	sinomicsjournal.com Internet Source	1 %
21	Moch Azam Azhari. "Pembagian Harta Bersama Akibat Perceraian Menurut Hukum Islam: Kajian terhadap Putusan Pengadilan Agama Yogyakarta Nomor 0297/Pdt.G/2017/PA", As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga, 2023 Publication	1 %
22	sipeg.unj.ac.id Internet Source	1 %
23	repository.untag-sby.ac.id Internet Source	1 %
24	zenodo.org Internet Source	1 %
