

## Lampiran

Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam Bapak/Ibu, Saudara/i yang saya hormati. Dengan Hormat, izinkan saya memperkenalkan diri.

Nama : M. Dava Al Haq

Status : Mahasiswa S1 Psikologi

NBI : 1512100166

Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir saya, saat ini saya sedang melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengukur perilaku karyawan kerja. Terkait hal tersebut, izinkan saya memohon bantuan saudara/i untuk berkenan menjadi responden dalam penelitian saya.

Sebagai peneliti, saya sangat mengharapkan saudara/i memberikan respon atau jawaban kepada setiap pernyataan yang telah saya sediakan dengan sejujur-jujurnya, sesuai dengan keadaan yang dialami, karena keberhasilan penelitian saya sangat ditentukan oleh hal tersebut. Perlu kiranya saya sampaikan bahwa semua jawaban atau respon yang saudara /i berikan tidak ada yang benar atau salah dan dijamin kerahasiaannya hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini saja. Atas bantuannya yang diberikan saya ucapkan terima kasih yang sebesar - besarnya. Tuhan memberkati saudara/i.

Surabaya, 6 Desember 2024

M. Dava Al Haq

**LAMPIRAN 1 KUESIONER ALAT UKUR PENELITIAN SKALA *BURNOUT***

Aspek	Indikator	Pernyataan	U/UF
<i>Physical Exhaustion</i> (Kelelahan fisik )	Kelelahan yang berkepanjangan baik, fisik, mental, maupun emosional	Saya mudah tersinggung ketika bekerja	F
		Pola makan saya terganggu karena pekerjaan	U
		Saya tidak bisa makan bila pekerjaan belum selesai	U
	Cenderung berperilaku <i>Overextended</i> baik secara emosional maupun fisik	Rekan kerja sulit memahami penjelasan saya	F
		Saya tetap makan tepat waktu walaupun sibuk dalam bekerja	F
		Saya berpikir positif pada rekan kerja saya	U
	Tidak mampu menyelesaikan masalah sendiri	Saya sensitif dengan ucapan teman kantor	F
		Saya menyisihkan waktu untuk makan sekalipun sedang kerja berat	F
		Rekan kerja saya dapat menerima instruksi dari saya dengan baik	U
		Rokok tidak menyelesaikan pekerjaan saya	U

	Kurang Energi dalam melakukan aktifitas	Saya lelah jika mendapatkan tekanan yang berlebihan	F
		Saya tidak suka membicarakan pekerjaan dengan rekan kerja	F
		Saya aktif dalam lingkungan kerja	U
		Saya tidak suka melamun	U
<i>Cynicism (Sinisme)</i>	Berperilaku sinis dan dingin antar karyawan	Tekanan darah saya meningkat terus ketika bekerja	F
		Hari saya terpuruk dengan tekanan kerja yang ada	U
		Saya tidak merasa tertekan, meskipun tekanan kerja semakin berat	U
	Cenderung menarik diri dan menjaga jarak antar karyawan	Saya cepat lelah dalam bekerja	F
		Saya dapat menyampaikan dengan baik informasi yang saya berikan pada rekan kerja	F
		Saya tetap sehat dalam bekerja	U
		Saya bisa mengatasi masalah pekerjaan walaupun mendapat tekanan yang berat	U

	Cenderung tidak ingin terlibat dengan lingkungan kerjanya	Saya pusing ketika bekerja	F	
		Detak jantung saya meningkat ketika bekerja	F	
		Saya tidak merasa lebih dalam melakukan pekerjaan apapun	U	
		Saya dapat menyampaikan dengan baik informasi yang saya berikan pada rekan kerja	U	
<i>Ineffectiveness</i> (Ketidakefektifan)	Cenderung merasa tidak mampu melakukan apa-apa	Saya susah tidur ketika memikirkan masalah pekerjaan	F	
		Kepala saya pusing ketika mendapatkan tugas dari kantor	F	
		Saya tidak pernah pusing saat bekerja	U	
	Merasa pekerjaan yang dikerjakan merupakan beban yang berat	Saya memakan cemilan saat banyak pekerjaan	F	
		Saya tidak merasa pusing setelah mendapatkan tugas yang berat	U	
		Saya bisa tidur nyenyak meskipun ada masalah pekerjaan	U	
			Saya suka menunda pekerjaan saya	F

	Cenderung menjadi tidak percaya diri	Saya ingin tidur jika memikirkan masalah pekerjaan	F
		Waktu tidur saya cukup, tidak terganggu dengan pekerjaan	U
	Penurunan prestasi kerja	Saya bersantai dulu sebelum mengerjakan pekerjaan saya	F
		Saya men-sabotase pekerjaan teman saya	F
		Saya langsung mengerjakan pekerjaan yang diberikan pada saya	U

**LAMPIRAN 2 KUESIONER ALAT UKUR PENELITIAN SKALA REGULASI EMOSI**

Aspek	Indikator	Pernyataan	F/U
<i>Emotions Monitoring</i>	Mengetahui langkah selanjutnya untuk mengontrol bentuk emosi dan pikiran	Ketika terlibat perselisihan dengan orang lain saya akan langsung berbicara dengan orang tersebut	F
		Saya yakin bahwa kegagalan merupakan kesuksesan yang tertunda	F
		Saya akan memukul orang ketika mendapatkan kritikan	U
	Mengetahui akibat dari semua bentuk emosi dan pikiran	Saya akan berpikir terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan	F
		Menurut saya mengabaikan orang lain ketika ada masalah akan membuat semakin rumit	F
		Saya melampiaskan amarah ke orang lain ketika mengalami masalah	U
<i>Emotions Evaluating</i>	Mampu memberikan penilaian terhadap bentuk emosi dan pikiran	Saya mampu bersikap tenang di depan orang lain ketika terjadi masalah	F
		Saya akan mengungkapkan kekecewaan terhadap sikap orang lain tanpa membuatnya sakit hati	F

		Saya tidak memperlakukan sikap orang lain yang mengecawakan terhadap saya	U
	Memberikan penilaian setiap peristiwa positif maupun negatif	Saya memilih menjauhi orang-orang yang membuat saya tidak nyaman	F
		Saya akan merasa senang ketika berhasil melakukan sesuatu	F
		Saya akan berusaha memahami keadaan ketika berada di situasi yang tidak nyaman	U
<i>Emotions modifications</i>	Mampu mengubah bentuk emosi negatif menjadi emosi positif	Melakukan hobi membuat saya melupakan kesedihan	F
		Saya mampu menerima kritikan tidak baik dari orang lain walaupun menyakitkan	F
		Saya mendengarkan musik dengan keras untuk melupakan kesedihan	U
	Mampu mengelola bentuk emosi negatif menjadi emosi positif	Saya akan memilih diam ketika ada orang yang menghujat saya	F
		Saya akan berpergian dengan teman untuk menenangkan diri dari stress	F
		Saya akan berbicara kasar pada orang yang menghujat saya	U

**LAMPIRAN 3 KUESIONER ALAT UKUR PENELITIAN SKALA *WORK-LIFE BALANCE***

Aspek	Indikator	Pernyataan	F/U
Keseimbangan Waktu	Jumlah Waktu yang Dhabiskan untuk Pekerjaan dan Kehidupan Pribadi	Saya memiliki banyak waktu untuk berkumpul dengan keluarga	F
		Saya menggunakan waktu libur untuk berkumpul dengan keluarga	F
		Saya lebih senang menghabiskan waktu dikantor	U
		Jam kerja yang panjang membuat saya jarang berinteraksi dengan keluarga	U
	Fleksibilitas dalam Pengaturan Waktu Kerja	Saya dapat menyelesaikan pekerjaan kantor sesuai target yang telah ditentukan	F
		Saya dapat menyelesaikan pekerjaan rumah walaupun banyak tugas kantor	F
		Saya membawa pekerjaan kantor untuk diselesaikan di rumah	U
		Pekerjaan rumah sering terbengkalai	U

		karena saya sibuk bekerja	
Keseimbangan Keterlibatan	Keseimbangan keterlibatan antara pekerjaan dan kehidupan berkeluarga	Saya menyempatkan waktu untuk menelpon pasangan dan anak pada saat jam istirahat kerja	F
		Saya bekerja dengan baik meskipun sedang mengalami masalah keluarga	F
		Saya merasa kesulitan untuk membagi waktu antara pekerjaan dan keluarga tanpa merasa terbebani oleh salah satu dari keduanya.	U
		Saya sering memendam permasalahan tanpa mau bercerita dengan suami atau istri	U
	Kemampuan untuk berpindah antara peran pekerjaan dan peran sebagai orang tua	Saya dapat mengawasi perkembangan anak meskipun sibuk bekerja	F
		Saya mampu menyelesaikan pekerjaan rumah maupun pekerjaan kantor	F

		Tuntutan pekerjaan membuat berkurangnya perhatian saya kepada keluarga	U
		Saya merasa gelisah pada saat bekerja karena memikirkan keadaan anak dirumah	U
Keseimbangan Kepuasan	Kepuasan dengan pekerjaan dan kehidupan pribadi	Saya bahagia mampu menjalankan peran sebagai orang tua maupun bekerja dengan baik	F
		Saya puas dengan posisi pekerjaan yang saya jalani saat ini	F
		Kesibukan bekerja membuat saya kurang mampu dalam mengasuh anak	U
		Saya sedih karena tidak mampu memberikan banyak waktu untuk keluarga karena sibuk bekerja	U

### LAMPIRAN 4 TABULASI SKALA *BURNOUT*(Y)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	Total				
1	2	2	1	2	4	4	2	2	4	4	5	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	1	2	2	5	2	4	2	2	1	4	2	1	4	2	1	2	97	
5	2	5	2	1	1	4	1	5	5	2	2	1	4	1	4	4	2	1	5	1	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	104			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	1	4	4	2	4	2	4	101		
2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	4	4	5	2	4	2	2	1	2	4	4	1	1	4	1	1	4	1	1	4	2	1	2	89			
2	2	4	2	2	2	4	1	4	4	4	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	2	4	4	2	2	4	2	2	1	4	4	2	4	104		
2	2	4	2	2	2	4	5	2	2	4	5	2	4	1	2	4	2	4	4	4	4	2	2	5	1	2	4	2	2	4	5	5	5	5	5	5	1	4	114		
2	4	2	5	2	2	4	1	4	5	4	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	1	2	2	5	1	4	4	2	1	4	4	1	4	1	107		
2	2	2	4	2	4	2	4	5	4	1	2	4	4	2	5	1	2	2	2	4	1	2	2	4	1	2	4	2	2	1	5	5	1	4	4	1	4	1	103		
4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	2	2	2	2	1	2	4	5	4	4	2	2	5	4	2	2	2	2	4	4	5	2	4	4	5	2	4	5	4	129		
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	2	1	4	5	1	1	5	5	1	1	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5	1	137		
2	4	2	4	2	2	4	5	1	2	2	1	4	2	2	5	1	4	4	2	4	2	1	2	1	2	4	4	2	4	2	4	5	2	1	4	2	2	4	101		
2	2	4	4	2	4	4	5	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	107	
2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2	1	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	1	2	4	109	
1	2	2	4	1	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	4	1	5	4	4	4	2	4	5	2	2	4	5	2	2	4	5	1	2	2	4	1	5	4	2	94	
2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	2	99
2	1	1	4	2	2	2	4	1	2	1	2	1	1	1	4	2	2	2	4	1	4	2	1	1	5	5	1	2	4	4	1	4	2	1	1	4	4	2	2	86	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	1	4	2	94
2	2	4	4	2	2	2	4	5	2	4	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	4	4	1	1	4	4	2	2	4	2	1	4	2	1	1	102	
2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	4	4	102	
2	4	4	5	4	2	2	4	5	2	5	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	5	2	1	2	2	2	4	4	2	4	4	2	4	4	2	119	
4	2	2	4	1	2	1	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	5	2	109	
2	2	2	3	2	2	2	1	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	5	2	2	2	2	4	2	4	4	4	2	2	96	
3	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	4	2	2	3	4	2	3	4	105		
5	4	4	2	3	3	4	4	4	2	3	1	1	1	1	1	3	3	2	1	2	3	5	1	3	4	5	2	2	2	1	3	1	4	3	3	5	5	5	5	99	
4	5	4	4	5	4	5	4	2	5	4	1	1	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	2	1	2	5	1	2	5	4	4	4	4	4	4	2	5	4	138		
3	2	3	4	3	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	4	2	3	4	5	4	5	3	2	4	4	1	2	5	2	4	4	2	1	4	3	2	2	4	115		
4	4	5	4	4	5	4	4	4	1	4	1	2	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	1	1	4	1	2	5	4	5	4	5	4	4	4	4	2	4	5	137	
3	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	93	
4	4	5	5	5	4	3	5	2	4	4	1	2	5	5	4	4	4	5	5	4	4	1	2	3	4	4	2	2	4	5	4	4	4	4	4	1	5	5	4	138	
2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	5	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	4	1	1	1	2	1	1	2	1	5	2	1	2	69		
4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	2	5	6	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	2	1	2	4	2	2	5	3	4	4	5	1	5	4	145		
1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	5	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	4	5	1	1	3	5	1	1	2	1	1	5	1	1	2	68		
4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	2	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	2	1	2	5	2	1	5	4	4	4	4	4	4	2	5	4	148		
2	1	1	2	2	2	1	2	2	4	4	5	2	1	2	1	2	1	4	1	2	1	4	4	2	2	4	4	1	2	2	4	1	2	2	3	2	4	2	1	83	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	4	2	2	87		
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	4	2	2	2	87	
2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	5	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	5	4	2	2	4	4	2	1	2	1	1	5	2	1	74	
2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	4	4	2	1	2	2	2	4	1	2	2	2	4	4	2	2	5	4	1	2	2	2	4	2	1	2	2	4	2	1	2	86
1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	5	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	5	4	1	1	5	4	1	1	2	1	1	5	4	1	1	68		
3	2	4	5	2	5	4	3	1	3	4	4	2	1	1	4	2	4	4	5	3	2	4	5	1	1	2	5	2	4	3	4	1	5	5	4	1	2	112			
2	2	2	4	1	3	3	2	1	2	4	5	2	2	2	4	2	2	4	4	3	2	5	5	1	2	3	4	1	3	4	5	1	4	3	2	2	4	103			
2	2	1	1	2	1	2	2	2	4	4	4	2	2	1	2	2	5	1	2	2	1	4	4	1	2	5	5	1	2	2	1	1	4	4	2	4	4	2	4	89	
2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	4	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	4	5	1	1	4	4	1	1	2	1	4	4	2	1	2	69		
2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	4	2	3	2	93	
1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	4	4	5	1	2	1	2	2	4	2	1	1	1	4	4	1	2	5	4	2	2	2	2	2	4	1	1	2	1	80		
2	2	1	1	2	2	2	1	1	5	4	4	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	5	4	2	2	5	5	2	2	3	1	1	4	2	1	4	2	1	84		
3	2	3	5	2	4	4	3	1	3	4	2	2	2	2	4	2	3	4	1	2	3	2	3	1	2	1	4	2	4	2	5	1	2	3	2	1	2	2	97		
1	2	1	4	1	2	3	2	5	2	2	4	2	2	1	4	2	4	4	2	3	2	4	5	4	2	2	4	2	3	4	2	1	5	2	1	2	1	2	98		
2	1																																								



5	4	5	4	5	4	5	5	1	2	5	4	5	4	5	4	5	4	78
4	5	5	1	4	2	4	5	2	2	4	4	4	2	4	5	4	4	65
4	5	5	3	5	4	5	5	2	1	5	4	5	4	5	5	5	4	78
4	4	5	5	5	2	4	4	3	2	5	5	5	4	4	5	4	5	75
5	5	4	5	5	3	5	5	3	1	5	5	4	3	5	5	4	5	77
4	5	5	2	4	2	5	4	2	1	5	4	5	4	4	5	4	4	69
3	5	4	5	4	5	5	5	1	2	5	4	5	5	4	5	5	4	78
4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	67
4	5	4	5	4	2	4	5	2	2	4	5	4	2	4	5	4	4	69
5	5	4	4	5	5	4	4	4	2	5	4	4	4	5	5	5	4	78
4	4	4	4	5	3	5	5	4	2	5	4	4	4	4	4	4	3	72
2	5	4	5	5	5	4	4	3	2	4	3	4	3	4	5	4	4	70
5	4	4	4	5	5	4	5	4	2	5	5	4	4	4	5	5	4	78
4	4	4	4	4	5	2	4	2	2	5	4	4	2	4	4	4	4	68
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	68
5	5	4	5	5	4	4	5	4	3	5	5	5	5	4	5	5	5	83
4	5	5	2	4	5	4	5	3	2	4	5	4	2	1	5	3	5	68
4	4	4	4	5	2	4	4	4	2	5	2	5	1	4	4	3	5	68
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	68
4	5	4	4	5	5	4	4	2	1	5	4	4	2	4	5	4	4	70
5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	83
3	5	4	5	4	4	5	5	2	1	4	5	4	3	4	2	5	3	68
4	5	5	5	4	4	4	5	2	1	5	4	4	2	5	5	4	4	72
4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	3	4	5	5	78
5	3	4	4	5	1	3	2	4	3	4	2	3	2	2	5	4	4	60
4	4	4	5	5	5	5	5	2	2	5	4	4	2	5	5	4	5	75
4	5	5	4	5	4	4	4	2	2	5	5	5	4	4	5	5	5	77
5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	82
5	5	5	4	5	4	4	5	2	2	5	4	4	2	5	5	4	5	75
4	5	4	5	5	4	4	5	2	1	5	4	4	2	5	5	4	5	73
5	4	4	5	3	4	5	4	2	2	5	4	5	5	4	3	5	4	73
4	4	5	4	5	5	4	5	2	2	4	5	5	4	4	5	4	5	78
4	5	5	4	5	4	4	5	2	2	5	5	5	3	3	4	4	5	74
2	5	5	4	5	4	4	4	5	2	5	5	5	3	4	4	4	5	75

**LAMPIRAN 6 SKALA *WORK-LIFE BALANCE***

5	5	4	5	5	4	4	1	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	90
4	5	5	4	4	4	5	3	4	4	3	4	5	4	5	4	4	3	4	4	82
5	5	5	4	5	5	4	1	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	87
3	4	4	4	5	4	4	4	1	4	5	5	3	4	5	2	5	3	2	2	73
4	5	4	5	5	5	5	2	2	4	5	4	4	5	4	2	4	4	1	1	75
4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	5	4	85
5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	93
2	4	4	4	4	2	2	2	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	59
4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	86
4	5	5	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	85
4	3	4	4	5	5	4	4	2	3	5	4	4	4	4	2	4	3	2	1	71
3	4	5	3	5	4	4	2	1	2	5	4	5	4	4	1	3	2	3	1	65
4	5	5	5	4	2	1	1	1	2	4	5	3	5	5	3	4	3	3	2	67
4	4	2	4	5	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	71
4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	74
2	4	4	4	5	5	4	4	2	4	5	5	4	5	5	2	5	5	1	2	77
5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	1	5	3	4	5	5	4	5	86
4	5	4	5	4	5	1	2	3	1	4	3	4	5	4	2	1	4	2	2	65
4	4	4	4	4	2	2	2	3	2	4	2	4	3	4	2	2	4	2	4	62
4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	2	4	86
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	5	5	4	1	4	4	1	2	71
5	4	5	4	4	4	4	2	4	2	5	5	4	4	3	4	2	5	1	2	73
5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	2	5	89
3	4	4	5	4	5	2	4	2	4	5	4	4	4	4	2	5	4	1	1	71
2	4	5	3	4	5	4	2	2	1	4	4	5	4	2	2	2	3	2	1	61
5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	2	5	87
2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	5	2	2	4	4	2	70
2	5	4	5	4	4	2	4	2	2	5	5	4	4	4	2	4	4	1	2	69
5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	2	4	85
4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	2	4	86
5	5	4	4	4	4	4	4	3	2	5	5	4	5	5	2	5	5	2	2	79
2	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	2	2	4	4	2	75
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	2	77
4	4	5	4	5	4	4	4	2	2	5	5	4	4	4	2	4	4	4	2	76

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Total
4	4	2	4	4	4	4	1	2	2	5	2	4	4	2	2	2	4	4	2	62
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	2	75
4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	70
2	4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	73
4	4	4	4	4	5	2	2	4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	2	74
2	5	4	4	4	2	5	1	2	4	5	5	4	5	4	2	4	1	1	2	66
5	4	4	4	5	5	4	2	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	85
1	2	5	4	4	2	4	2	4	1	2	2	1	4	1	2	4	4	4	4	57
2	4	4	4	4	4	4	1	2	2	5	4	4	4	2	2	1	2	2	1	58
5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	5	1	64
5	5	5	5	5	5	2	2	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	2	1	84
4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	2	76
5	4	5	5	5	4	1	1	2	4	5	4	4	4	4	2	2	2	2	1	66
1	4	1	1	1	2	1	5	1	5	5	5	5	5	2	1	5	5	5	5	65
5	4	2	5	4	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	2	4	2	4	1	59
5	5	2	4	5	4	4	2	4	4	5	4	5	5	4	2	4	4	4	2	78
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	74
4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	78
2	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	58
2	4	5	4	5	4	4	1	2	4	5	4	4	4	2	2	4	2	2	2	66
2	4	4	5	5	5	1	1	5	5	5	5	4	4	4	2	4	2	4	4	75
4	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	76
4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	2	69
5	5	5	5	5	5	1	1	1	2	5	5	5	4	3	5	5	3	1	1	72
1	2	2	2	2	5	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	37
4	4	4	2	5	3	4	2	1	1	5	3	3	4	4	1	2	1	3	1	57
1	2	2	1	2	5	2	3	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	34
4	4	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	66
1	2	1	1	2	5	3	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	37
5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	93
2	1	1	1	1	5	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	31
4	5	4	4	5	1	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	86
2	1	2	1	1	4	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	33
4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	90
4	4	4	4	5	4	2	4	4	2	4	5	4	4	4	2	2	4	3	2	71

## LAMPIRAN 7 UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA *BURNOUT*(Y)

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	29

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	69.5072	440.460	.603	.943
Y02	69.5507	435.280	.703	.942
Y03	69.5362	427.164	.763	.941
Y04	68.6087	428.242	.623	.943
Y05	69.5507	430.780	.722	.942
Y06	69.3913	433.742	.689	.942
Y07	69.6087	430.536	.753	.941
Y08	68.9565	432.601	.627	.943
Y09	69.6087	441.977	.369	.946
Y10	69.4783	437.959	.563	.943
Y11	69.0145	437.603	.501	.944
Y14	69.8116	433.479	.679	.942
Y15	69.8116	433.420	.706	.942
Y16	69.0435	436.572	.548	.944
Y17	69.7826	441.526	.591	.943
Y18	68.9565	444.748	.412	.945
Y19	68.8551	427.361	.685	.942
Y20	68.8696	428.497	.644	.942
Y21	69.1739	435.381	.588	.943
Y22	69.7536	437.953	.651	.943
Y26	69.4783	444.283	.437	.945
Y29	70.0290	438.440	.683	.942
Y30	69.3333	436.784	.621	.943
Y31	68.9420	444.526	.424	.945
Y32	68.9275	441.656	.400	.945
Y33	70.1594	440.901	.562	.943
Y35	68.9565	431.277	.653	.942
Y36	70.0000	440.706	.668	.943
Y37	69.2464	438.718	.581	.943

## LAMPIRAN 8 UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA REGULASI EMOSI (X1)

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	10

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1_02	36.6377	49.176	.463	.895
X1_03	37.0290	43.029	.719	.879
X1_07	37.0435	43.572	.691	.881
X1_08	36.9420	41.379	.814	.872
X1_11	36.6812	43.662	.760	.877
X1_12	37.3333	42.431	.602	.889
X1_13	36.9855	43.809	.630	.885
X1_15	37.2899	43.179	.605	.888
X1_16	36.7536	47.512	.429	.897
X1_17	37.2174	42.143	.708	.880

## LAMPIRAN 9 UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS *WORK LIFE BALANCE* (X2)

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	18

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2_01	60.9275	165.451	.591	.913
X2_02	60.4638	169.252	.675	.912
X2_03	60.5362	169.223	.560	.914
X2_04	60.4928	166.577	.682	.911
X2_05	60.3043	167.891	.680	.911
X2_07	61.0870	172.963	.366	.919
X2_08	61.6667	171.578	.373	.919
X2_09	61.4493	164.457	.611	.912
X2_10	61.2754	163.644	.655	.911
X2_11	60.2319	166.328	.616	.912
X2_12	60.6522	166.495	.660	.911
X2_13	60.6957	169.421	.568	.913
X2_14	60.4928	165.371	.740	.910
X2_15	60.7101	166.650	.661	.911
X2_16	61.5942	166.598	.550	.914
X2_17	61.0000	164.941	.627	.912
X2_18	60.9565	162.660	.697	.910
X2_20	61.8406	166.401	.492	.916

## LAMPIRAN 10 STATISTIK DESKRIPTIF

### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Burnout	97.87	18.551	69
Regulasi Emosi	70.20	7.360	69
Work Life Balance	71.35	14.047	69

## LAMPIRAN 11 UJI NORMALITAS

### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Unstandardized Residual	.074	69	.200*	.990	69	.866

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

## LAMPIRAN 12 UJI LINIERITAS

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Regulasi Emosi	Between Groups	(Combined)	16242.543	24	676.773	4.159	.000
		Linearity	6938.278	1	6938.278	42.642	.000
		Deviation from Linearity	9304.265	23	404.533	2.486	.005
	Within Groups		7159.283	44	162.711		
Total			23401.826	68			

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Work Life Balance	Between Groups	(Combined)	19484.143	31	628.521	5.936	.000
		Linearity	13941.095	1	13941.095	131.665	.000
		Deviation from Linearity	5543.048	30	184.768	1.745	.054
	Within Groups		3917.683	37	105.883		
Total			23401.826	68			

### LAMPIRAN 13 UJI MULTIKOLONIERITAS

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Regulasi Emosi	.623	1.605
	Work Life Balance	.623	1.605

a. Dependent Variable: Burnout

### LAMPIRAN 14 UJI HETTEROSKEDASTISITAS

#### Correlations

			Regulasi Emosi	Work Life Balance	ABS_RES
Spearman's rho	Regulasi Emosi	Correlation Coefficient	1.000	.500**	.186
		Sig. (2-tailed)	.	.000	.125
		N	69	69	69
	Work Life Balance	Correlation Coefficient	.500**	1.000	-.103
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.399
		N	69	69	69
	ABS_RES	Correlation Coefficient	.186	-.103	1.000
		Sig. (2-tailed)	.125	.399	.
		N	69	69	69

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## LAMPIRAN 15 UJI HIPOTESIS

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change	Durbin-Watson
						F Change	df1	df2		
1	.777 <sup>a</sup>	.604	.592	11.854	.604	50.277	2	66	.000	1.931

a. Predictors: (Constant), Work Life Balance, Regulasi Emosi

b. Dependent Variable: Burnout

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	14128.430	2	7064.215	50.277	.000 <sup>b</sup>
	Residual	9273.396	66	140.506		
	Total	23401.826	68			

a. Dependent Variable: Burnout

b. Predictors: (Constant), Work Life Balance, Regulasi Emosi

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	184.097	13.858		13.284	.000
	Regulasi Emosi	-.286	.247	-.113	-1.155	.252
	Work Life Balance	-.927	.130	-.702	-7.154	.000

a. Dependent Variable: Burnout

## LAMPIRAN HASIL TURNITIN

## HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN WORKLIFE BALANCE DENGAN BURNOUT PADA KARYAWAN BAGIAN PEMASARAN.pdf

### ORIGINALITY REPORT

**16%**

SIMILARITY INDEX

**14%**

INTERNET SOURCES

**5%**

PUBLICATIONS

**7%**

STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya</b> Student Paper	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>123dok.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>repository.untag-sby.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositori.usu.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>www.scribd.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>eprints.undip.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to iGroup</b> Student Paper	<b>&lt;1%</b>
<b>8</b>	<b>repository.upi.edu</b> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<b>Submitted to Universitas Negeri Jakarta</b> Student Paper	<b>&lt;1%</b>