

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP LINGKUNGAN  
PSIKOSOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN BURNOUT  
PADA KARYAWAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan oleh :

**Rintan Wulan Anisa F**  
**F 100 090 037**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2013**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP LINGKUNGAN  
PSIKOSOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN BURNOUT  
PADA KARYAWAN**

**S k r i p s i**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Derajat Sarjana S-1 Psikologi**

Diajukan oleh :

**Rintan Wulan Anisa F  
F 100 090 037**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2013**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP LINGKUNGAN  
PSIKOSOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN BURNOUT  
PADA KARYAWAN**

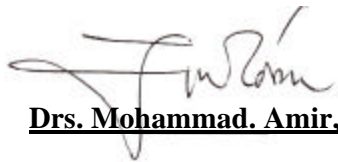
Diajukan oleh :

**Rintan Wulan Anisa F**  
**F 100 090 037**

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji oleh :

Pembimbing Skripsi



**Drs. Mohammad. Amir, M.Si**

Tanggal, 24 Juli 2013

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP LINGKUNGAN  
PSIKOSOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN *BURNOUT*  
PADA KARYAWAN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

**Rintan Wulan Anisa F  
F 100 090 037**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 18 Juli 2013  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji utama

**Drs. Mohammad Amir, M.Si**



Penguji pendamping I


**Dra. Zahrotul Uvun., M.Si**



Penguji pendamping II

**Achmad Dwityanto, S.Psi., M.Si**



Surakarta, \_\_\_\_\_ 25 Juli 2013  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Fakultas Psikologi  
Dekan,  
  
(Susatyo Yuwono, S. Psi, M.Si., Psi)



## SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirohim,

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rintan Wulan Anisa F  
NIM : F 100 090 037  
Fakultas/jurusan : Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Judul : Hubungan antara persepsi terhadap lingkungan psikososial dengan Kecenderungan Burnout pada karyawan

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 12 Juni 2013



Yang Menyatakan,

Rintan Wulan Anisa F

## **MOTTO**

*Berbuatlah kalian untuk kepentingan di dunia seakan kalian akan hidup selamanya, dan berbuatlah untuk kepentingan akhirat seakan kalian akan mati esok pagi.*  
(Al – Hadits)

*"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan".*  
(Alam Nasyrah : 6)

## **PERSEMBAHAN**

Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk:

- ? Kedua orangtua penulis  
Doa, kasih sayang dan semangat yang tak ternilai selalu menjadi motivasi bagi penulis
- ? Kakak Penulis
- ? Semua sahabat penulis

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Puji syukur alhamdulillah kehadiran Allah SWT, yang telah memberi kesempatan serta hidayahnya sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang merupakan sebagian persyaratan guna memperoleh derajat sarjana psikologi. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari pihak lain, oleh karena itu pada kesempatan ini dengan penuh ketulusan penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Drs. Moh. Amir, M.Si. Dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia memberikan bimbingan dan petunjuk diakhir penyusunan skripsi dan studi penulis.
3. Pimpinan PT. Nyata Grafika Media Surakarta, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Karyawan PT. Nyata Grafika Media Surakarta yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
5. Dosen dan staf akademis Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas transfer ilmu dan ajaran-ajaran yang telah diberikan serta seluruh staf tata usaha dan biro analisis data Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu kelancaran skripsi ini.



6. Dan semua pihak yang telah membantu, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih atas bantuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari atas kekurangan skripsi ini, baik didasarkan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman maupun waktu yang dimiliki, oleh karena itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan.

Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya. Amiin.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Surakarta, 12 Juni 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN SAMPUL DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN DAN DIAGRAMw.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	5
C. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. LANDASAN TEORI</b>	
A. Kecenderungan <i>Burnout</i> .....	7
1. Pengertian Kecenderungan <i>Burnout</i> .....	7
2. Karakteristik individu yang mengalami <i>Burnout</i> .....	8
3. Aspek-aspek Kecenderungan <i>Burnout</i> .....	11
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan <i>Burnout</i>	13
B. Persepsi terhadap Kondisi Lingkungan Psikososial Kerja .....	16

1. Pengertian persepsi kondisi lingkungan psikososial kerja .....	16
2. Aspek-aspek Kondisi Lingkungan Psikososial Kerja .....	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi .....	22
C. Hubungan antara Persepsi terhadap Kondisi Lingkungan Psikososial Kerja dengan Kecenderungan <i>Burnout</i> Karyawan .....	23
D. Hipotesis .....	27
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	28
C. Subjek Penelitian .....	29
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data .....	30
E. Validitas dan Reliabilitas .....	31
F. Metode Analisis Data .....	35
<b>BAB IV. LAPORAN PENELITIAN</b>	
A. Persiapan Penelitian .....	38
1. Orientasi kancah penelitian .....	38
2. Persiapan Alat Pengumpul Data .....	41
B. Pelaksanaan Penelitian .....	43
1. Penentuan subjek penelitian .....	43
2. Pelaksanaan pengumpulan data penelitian .....	44
3. Pelaksanaan skoring untuk uji validitas -reliabilitas .....	45
C. Analisis Data .....	47
1. Uji asumsi .....	47
2. Uji hipotesis .....	48
3. Sumbangan efektif .....	48

4. Kategorisasi .....	49
D. Pembahasan .....	51
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran-saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	60
LAMPIRAN.....	63

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Karyawan Nyata Grafika Media Surakarta .....	41
2. <i>Blue print</i> Aitem Skala Persepsi Terhadap Lingkungan Psikososial Kerja Sebelum Penelitian.....	42
3. <i>Blue print</i> Aitem Skala Kecenderungan <i>Burn out</i> Sebelum Penelitian.....	43
4. Susunan Aitem Skala Persepsi Terhadap Lingkungan Psikososial Kerja yang valid dan gugur Setelah Penelitian.....	46
5. Susunan Aitem Skala Kecenderungan <i>Burn out</i> Setelah Penelitian.....	47
6. Rangkuman analisis data .....	49

## DAFTAR BAGAN DAN DIAGRAM

Bagan	Halaman
1. Dinamika Psikologis Hubungan Persepsi Terhadap Lingkungan Psikososial Kerja dengan Kecenderungan Burn out .....	26
2. Struktur Organisasi PT. Nyata Grafika Media Surakarta .....	40
Diagram	Halaman
1. Diagram Kategorisasi Persepsi Terhadap Lingkungan Psikososial Kerja ...	50
2. Diagram Kategorisasi Kecenderungan <i>Burn out</i> .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas persepsi terhadap lingkungan psikososial .....	64
B. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas kecenderungan <i>burn out</i> .....	72
C. Uji Normalitas Sebaran dan Linieritas Hubungan .....	79
D. Hasil Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> .....	88
E. Norma Kategorisasi.....	90
F. Skala Penelitian.....	93
G. Surat Ijin dan Surat Bukti Penelitian.....	100

## ABSTRAKSI

### HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP LINGKUNGAN PSIKOSOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN BURNOUT PADA KARYAWAN

Pemahaman yang mendalam mengenai faktor-faktor yang relevan dan berpengaruh dalam konteks *burnout* menjadi suatu keharusan dalam rangka memecahkan masalah ketenagakerjaan. Pada penelitian ini dipilih variabel persepsi terhadap lingkungan psikososial sebagai salah satu variabel yang berpengaruh terhadap kecenderungan *burn out* pada karyawan. Pada suatu perusahaan atau organisasi, lingkungan kerja yang sehat akan dapat menjaga kesehatan para karyawan dari gangguan-gangguan penglihatan, pendengaran, kelelahan. Penciptaan lingkungan kerja yang sehat secara tidak langsung akan mengurangi atau meminimalisir terjadinya *burnout*.

Subjek penelitian adalah karyawan produksi PT. Nyata Grafika Media Surakarta sebanyak 60 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive non random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan skala persepsi terhadap lingkungan sosial dan skala kecenderungan *burnout*. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh nilai  $r = -0,404$  ;  $p = 0,002$  ( $p = 0,01$ ) yang berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi terhadap lingkungan psikososial kerja dengan kecenderungan *burn out*. Semakin tinggi atau positif persepsi terhadap lingkungan psikososial maka semakin rendah kecenderungan *burnout* karyawan, begitu pula sebaliknya semakin rendah atau negatif persepsi terhadap lingkungan psikososial maka akan semakin tinggi kecenderungan *burnout* karyawan. Peranan dan sumbangan efektif persepsi terhadap lingkungan psikososial kerja terhadap kecenderungan *burnout* = 16,3%. Nilai rerata empirik (RE) persepsi terhadap lingkungan psikososial kerja = 128,517 dan rerata hipotetik (RH) = 102,5. Hasil tersebut menunjukkan persepsi terhadap lingkungan sosial pada kategori sedang. Nilai rerata empirik (RE) kecenderungan *burnout* = 49,33 dan rerata hipotetik (RH) = 67,5. Hasil tersebut menunjukkan kecenderungan *burn out* pada subjek penelitian tergolong rendah.

Kesimpulan penelitian menyatakan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi terhadap lingkungan psikososial kerja dengan kecenderungan *burn out* namun generalisasi hasil-hasil penelitian terbatas pada subjek dan lokasi penelitian dilakukan yaitu karyawan bagian produksi PT. Nyata Grafika Media Surakarta.

Kata kunci:

persepsi terhadap lingkungan psikososial kerja, kecenderungan *burn out*



