

**HUBUNGAN BEBAN KERJA, STRES KERJA, DAN MOTIVASI DENGAN  
KELELAHAN KERJA (*BURNOUT*)**

**(Study Pada Karyawan Warung SS Yogyakarta)**

**CORRELATION WORKLOAD, WORK STRESS, AND MOTIVATION  
WITH BURNOUT**

**(Study on Employee Warung SS Yogyakarta)**

**SKRIPSI**

Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana pada  
Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah  
Yogyakarta



**Oleh:**

**PUTRI OKTAVIANI DURI**

**20130410096**

**FAKULTAS EKONOMI BISNIS**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2017**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN BEBAN KERJA, STRES KERJA, DAN MOTIVASI DENGAN  
KELELAHAN KERJA (*BURNOUT*)**

**(Study Pada Karyawan Warung SS Yogyakarta)**

**CORRELATION WORKLOAD, WORK STRESS, AND MOTIVATION  
WITH BURNOUT**

**(Study on Employee Warung SS Yogyakarta)**

Diajukan Oleh:

**PUTRI OKTAVIANI DURI**

**20130410096**

Telah disetujui Dosen Pembimbing

Pembimbing

Rini Juni astuti,SE.,M.Si

NIP : 19700621199409

Tanggal, 22 Maret 2017

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN BEBAN KERJA, STRES KERJA, DAN MOTIVASI DENGAN  
KELELAHAN KERJA (*BURNOUT*)  
(Study Pada Karyawan Warung SS Yogyakarta)**

**CORRELATION WORKLOAD, WORK STRESS, AND MOTIVATION  
WITH BURNOUT  
(Study on Employee Warung SS Yogyakarta)**

Diajukan Oleh:

**PUTRI OKTAVIANI DURI  
20130410096**

Skripsi ini telah Dipertahankan dan Disahkan di depan Dewan Penguji Program Studi  
Manajemen Fakultas Ekonomi Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Tanggal 27 April 2017

Yang terdiri dari

Tri Maryati, SE., MM  
Ketua Tim Penguji

Rini Juni Astuti, SE., M.Si.  
Anggota Tim Penguji

Isthofaina Astuti, SE., M.Si.  
Anggota Tim Penguji

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ekonomi  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Dr. Nano Prawoto, SE., M.Si.  
NIK. 196606419920

## PERNYATAAN

Dengan ini saya,

Nama : Putri Oktaviani Duri

Nomor mahasiswa : 20130410096

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul “**HUBUNGAN BEBAN KERJA, STRES KERJA, DAN MOTIVASI DENGAN KELELAHAN KERJA (BURNOUT) KARYAWAN WARUNG SS YOGYAKARTA**” tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam Daftar Pustaka. Apabila ternyata dalam skripsi ini diketahui terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain maka saya bersedia karya tersebut dibatalkan.

Yogyakarta,.....

Putri Oktaviani Duri

## **MOTTO**

*“Barang siapa bersungguh-sungguh, sesungguhnya kesungguhannya itu adalah untuk dirinya sendiri.” (Al-Ankabut ayat 6)*

### ***“Man Jadda Wa Jadda”***

*“Barang siapa bersungguh-sungguh akan mendapatkannya”*

*“Hidup awalnya hanya mempunyai dua warna, yaitu hitam dan putih. Dari dua warna itulah bila dipadukan dengan bijaksana akan menghasilkan berbagai warna dalam kehidupan. Tergantung bagaimana setiap individu menyikapinya. Seperti halnya pelangi yang datang setelah mendung dan hujan pergi....”*

*“Hiduplah sekali, hiduplah yang berarti” (Ahmad Fuadi)*

*“Bebek berjalan berbondong-bondong, akan tetapi burung elang terbang sendirian”  
(Soekarno)*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- ♥ Ibu Rini Juni Astuti,SE.,M.Si selaku dosen pembimbing skripsi serta dosen yang setia mengajarku dari semester pertama sampai semester tua.
- ♥ Bapak dan mami yang dengan tulus memotivasiku untuk menjadi anak yang berbakti dan mendidikku serta memberikan fasilitas dalam kuliah selama ini.
- ♥ Untuk kakakku Dewi Ernawati yang menjadi contoh teladan bagiku, semoga selalu di lancarkan rejekinya dan selalu bisa membanggakan orang tua.
- ♥ Untuk Dita Astuti dan Putri Ranika Dewi yang banyak membantu dalam mengolah data, semoga amal baiknya di balas oleh Allah SWT.
- ♥ Untuk ayangku Pipit Maifan yang setia antar jemput dan selalu membuat perutku kenyang setiap waktu ☺
- ♥ Untuk Enji, Piti, Kayol yang setia menyemangatiku walupun sama2 susah.
- ♥ Untuk genkk KKP yang selalu sayang sama aku walaupun kayak teri.
- ♥ Untuk Popy dan Caca yang selalu menjadi penyemangat mengerjakan skripsi
- ♥ Terimakasih untuk semua teman-teman bimbingan Ibu Rini Juni Astuti,SE.,M.Si yang dari awal berjuang bersama-sama, banyak sekali hal lucu serta hal mengecewakan yang bisa dijadi kenangan untuk kita semua. Semoga apa yang dicita-citakan dapat tercapai dan sukses untuk kita semua. Amiiiiiiin

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan beban kerja, stress kerja, dan motivasi dengan kelelahan kerja (*burnout*). Informasi yang didapat dari penelitian ini sangat penting bagi bisnis usaha yang terkait sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penerapan peningkatan kualitas kerja supaya tidak terjadi kelelahan kerja (*burnout*). Objek penelitian ini dilakukan di Warung SS Yogyakarta. Subjek penelitian ini pada karyawan warung SS Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan penyebaran kuesioner diperoleh 97 responden. Alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi berganda dengan bantuan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja (*burnout*). Stress kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja (*burnout*). Motivasi berhubungan negative signifikan dengan kelelahan kerja (*burnout*). Nilai determinasi pada penelitian ini sebesar 0,439 atau 43,9%. Artinya bahwa ketiga variabel ini mempunyai hubungan dengan kelelahan kerja sebesar 43,9% dan sisanya 56,1% mempunyai hubungan dengan variabel lain diluar variabel penelitian ini.

**Kata kunci:** beban kerja, stress kerja, motivasi, kelelahan kerja (*burnout*)

## **ABSTRAK**

This study aims to analyze the relationship of workload, work stress, and motivation with job burnout. The information from this research is very important for business related business as a consideration for implementing the improvement of work quality in order to avoid burnout. The object of this research is done in Warung SS Yogyakarta. The subject of this research is on stall employees of SS Yogyakarta. Sampling technique using purposive sampling. Methods of data collection using questionnaires obtained 97 respondents. The analytical tool used in this study is multiple correlation with the help of SPSS.

The results showed that workload was significantly related to burnout. Work stress is significantly associated with burnout. Motivation is negatively related to workout fatigue (burnout). The value of determination in this study amounted to 0.439 or 43.9%. This means that these three variables have a relationship with job fatigue of 43.9% and the remaining 56.1% have relationships with other variables outside this research variable.

**Keywords:** workload, work stress, motivation, fatigue (burnout)



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, karunia dan rahmat dalam penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Beban Kerja, Stres Kerja, dan Motivasi dengan Kelelahan Kerja (*Burnout*) pada Karyawan SS Yogyakarta”.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Penulis mengambil topik ini dengan harapan dapat memberikan masukan bagi manajemen Waroeng Spesial Sambal dalam pengambilan keputusan guna untuk meningkatkan kepuasan konsumennya dan juga memberikan ide pengembangan bagi penelitian selanjutnya.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Nano Prawoto, S.E., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Dra. Retno Widowati PA., M.Si., Ph.D. selaku Kepala Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberi petunjuk, bimbingan, dan kemudahan selama penulis menyelesaikan studi.

3. Ibu Rini Juni astuti ,S.E, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan dengan penuh kesabaran memberikan pengarahannya, saran serta dukungan sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
4. Bapak dan Ibu Dosen program S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah mendidik dan membekali ilmu pengetahuan
5. Orang tua, saudara dan teman-teman yang senantiasa memberikan dorongan dan perhatian kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, kemudahan dan semangat dalam proses penyelesaian penulisan skripsi ini.

Sebagai penutup, di dunia ini tidak ada yang sempurna, karena kesempurnaan hanyalah milik Allah semata. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam skripsi ini. Oleh karena itu, kritik, saran, dan pengembangan penelitian selanjutnya sangat diperlukan untuk kedalaman karya tulis dengan topik ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik di bidang teoritis maupun praktis. Aamiin.

Yogyakarta, 22 Maret 2017

Penulis,

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8

<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
A. Landasan Teori .....	9
1. Kelelahan Kerja ( <i>Burnout</i> ) .....	9
2. Beban Kerja .....	15
3. Stress Kerja .....	18
4. Motivasi .....	25
B. HASIL PENELITIAN TERDAHULU .....	29
C. KERANGKA BERPIKIR DAN PENYUSUNAN HIPOTESIS .....	32
D. MODEL PENELITIAN .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Obyek dan Subyek Penelitian .....	37
B. Jenis Data .....	37
C. Teknik Pengambilan Sampel .....	38
D. Teknik Pengumpulan Data .....	38
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	39
F. Uji Kualitas dan Instrumen Data .....	42
G. Uji Asumsi Klasik .....	43
H. Analisis Data & Uji Hipotesis .....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
A. Gambaran Umum Obyek/Subyek Penelitian .....	47
B. Statistik deskriptif .....	51
C. Uji Kualitas Instrumen .....	55
D. Uji Asumsi Klasik .....	58
E. Analisis Data & Uji Hipotesis .....	61
F. Pembahasan .....	64
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>70</b>
A. Simpulan .....	70
B. Keterbatasan .....	71
C. Saran .....	71

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Denyut Jantung .....	16
Tabel 2.2 Hasil Penelitian Terdahulu .....	29
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	48
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	49
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja .....	50
Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Beban Kerja .....	51
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif Stres Kerja .....	52
Tabel 4.6 Statistik Deskriptif Motivasi .....	53
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif <i>Burnout</i> .....	54
Tabel 4.8 Uji Validitas .....	56
Tabel 4.9 Uji Reliabilitas .....	57
Tabel 4.10 Uji Multikolinieritas .....	58
Tabel 4.11 Uji Heterokedastisitas .....	60
Tabel 4.12 Uji Normalitas .....	61
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Berganda .....	62
Tabel 4.14 Uji ANOVA .....	62
Tabel 4.15 Uji Koefisien Determinasi .....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Beban Kerja .....	17
Gambar 2.2 Urutan Reaksi Stres .....	18
Gambar 2.3 Sumber Potensial Stres .....	21
Gambar 2.4 Kerangka Stres Kerja .....	24
Gambar 2.5 Model Penelitian .....	36