

# HUBUNGAN FAKTOR PEKERJAAN DAN KARAKTERISTIK INDIVIDU TERHADAP TINGKAT KEJENUHAN KERJA PADA KARYAWAN PT XYZ DI BEKASI TAHUN 2023

Shafa Habsah

## Abstrak

Kejenuhan kerja (Burnout) merupakan kondisi individu yang merasakan stress berkelanjutan akibat rasa lelah secara emosional maupun fisik yang dipengaruhi oleh faktor pekerjaan seperti beban kerja mental dan dukungan rekan kerja maupun faktor individu seperti usia, jenis kelamin, status perkawinan, tingkat pendidikan dan masa kerja. Kejenuhan kerja yang tidak ditangani secara baik dapat berdampak pada penurunan produktivitas dan merugikan perusahaan serta karyawan itu sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara faktor pekerjaan dan karakteristik individu terhadap kejenuhan kerja pada karyawan PT XYZ di Bekasi. Desain studi yang digunakan yaitu potong lintang dengan uji *Chi-Square*. Penelitian ini dilaksanakan pada Januari 2023, dengan total responden 88 orang yang dipilih menggunakan Teknik *Accidental Sampling*. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner NASA-TLX, NIOSH *Generic Job Stress Questionnaire* dan M-TBI (*The Maslach-Trisni Burnout Inventory*). Hasil penelitian diperoleh 52,3% pekerja mengalami kejenuhan kerja tinggi dan terdapat hubungan yang signifikan antara faktor dukungan rekan kerja dengan kejadian kejenuhan kerja ( $P = 0,021$ , POR 4,08, CI 95%: 0,29-1,70). Disarankan kepada perusahaan untuk melakukan upaya meningkatkan hubungan seluruh antar karyawan maupun atasan, guna meningkatkan adanya rasa saling peduli serta keterikatan guna mencegah terjadinya stress dan melakukan dukungan upaya kuratif.

**Kata Kunci:** kejenuhan kerja, beban kerja mental, dukungan rekan kerja

# **THE ASSOCIATION OF WORK FACTORS AND INDIVIDUAL CHARACTERISTIC TO BURNOUT AMONG BEKASI'S XYZ LLC WORKERS IN 2023**

**Shafa Habsah**

## **Abstract**

Burnout is a continuous individual stress condition due to emotional and physical exhaustion. Burnout influenced by work factors such as mental workload and co-worker support, then individual factors such as age, sex, marital status, education level and years of service. Job burnout that was not handled properly could have an impact on decreasing productivity and detrimental effects to the company and the employees themselves. This research aims to determine the association between job factors and individual characteristics with job-burnout among XYZ LLC employees in Bekasi. The samples were 88 workers and selected by accidental sampling technique. The research instruments used were the NASA-TLX questionnaire, the NIOSH Generic Job Stress Questionnaire and the M-TBI (The Maslach-Trisni Burnout Inventory). The results showed that 52.3% of workers experienced high job burnout and there was a significant association between co-worker support and job burnout ( $P = 0.021$ , POR 4.08, 95% CI: 0.29-1.70). XYZ LLC is advised to improve positive relations between employees and seniors in order to improve their sense of caring and solidarity to prevent stress and support curative efforts.

**Keywords :** Burnout, Co-workers support, mental workload