



**DETERMINAN TERJADINYA *BURNOUT* PADA PRAMUSAPA
PEREMPUAN DI PT TRANSJAKARTA TAHUN 2025**

SKRIPSI

YASMIN JAMIL RAIHANAH

2110713070

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**DETERMINAN TERJADINYA *BURNOUT* PADA PRAMUSAPA
PEREMPUAN DI PT TRANSJAKARTA TAHUN 2025**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

YASMIN JAMIL RAIHANAH

2110713070

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang diajukan telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Yasmin Jamil Raihanah

NIM : 2110713070

Tanggal : 23 Juni 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Yasmin Jamil Raihanah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yasmin Jamil Raihanah

NIM : 2110713070

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan Ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Determinan Terjadinya *Burnout* Pada Pramusapa Perempuan Di PT Transjakarta Tahun 2025

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 23 Juni 2025

Yang Menyatakan,



Yasmin Jamil Raihanah

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Yasmin Jamil Raihanah
NIM : 2110713070
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul : Determinan Terjadinya *Burnout* Pada Pramusapa
Perempuan Di PT Transjakarta Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada program studi Kesehatan Masyarakat program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Dr. Suparni, S.T., M.K.K.K.
Ketua Penguji



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Penguji I
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Chahya Kharin Herbawani, S.Keb., Bd. MKM.
Penguji II (Pembimbing)


Dr. Chandrayani Simanjoorang, S.K.M., M.Epid
Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

DETERMINAN TERJADINYA *BURNOUT* PADA PRAMUSAPA PEREMPUAN DI PT TRANSJAKARTA TAHUN 2025

Yasmin Jamil Raihanah

Abstrak

Burnout merupakan salah satu gejala psikologis yang sering kali dialami oleh pekerja baik *white-collar worker* maupun *blue-collar worker* seperti Pramusapa. Pekerja perempuan dilaporkan lebih banyak mengalami *burnout* dibandingkan dengan pekerja laki-laki. Penelitian bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya *burnout* pada Pramusapa perempuan di PT Transjakarta Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Populasi pada penelitian adalah Pramusapa perempuan di halte BRT Transjakarta. Sampel penelitian sebanyak 154 responden menggunakan teknik kuota *sampling*. Pengambilan data primer dengan melakukan pengisian kuesioner langsung. Pengolahan data penelitian menggunakan analisis univariat, analisis bivariat dengan uji *chi-square*, dan analisis multivariat dengan uji regresi logistik ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres, masa kerja, *work-family conflict*, dan *work-life balance* adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya *burnout* pada Pramusapa perempuan di PT Transjakarta. Faktor yang paling dominan dalam terjadinya *burnout* pada Pramusapa perempuan adalah *work-life balance* dengan nilai (POR 0,070; 95% CI 0,008-0,640) yang termasuk ke dalam kategori faktor risiko protektif (POR < 1). Semakin tinggi *work-life balance* maka akan semakin rendah risiko pekerja terkena *burnout*. Pekerja dapat memaksimalkan waktu luang untuk beristirahat atau melakukan kegiatan menyenangkan dan perusahaan dapat mengadakan rekreasi bersama pekerja secara rutin untuk menjaga *work-life balance*.

Kata Kunci: *Burnout*, Masa Kerja, Pramusapa, Stres, *Work-Life Balance*

DETERMINANTS OF BURNOUT AMONG FEMALE PRAMUSAPA AT PT TRANSJAKARTA IN 2025

Yasmin Jamil Raihanah

Abstract

Burnout is one of the psychological symptoms frequently experienced by both white-collar and blue-collar workers, such as Pramusapa. Female workers have been reported to experience burnout more frequently than male workers. This study aims to identify the factors associated with burnout among female Pramusapa at PT Transjakarta in 2025. This study used a quantitative method with a cross-sectional study design. The population in this study were female Pramusapa at the Transjakarta's BRT haltes. The sample in this study was 154 respondents using quota sampling technique. Primary data were collected through questionnaires. The Data were analyzed using univariate, bivariate with chi-square test, and multivariate with multiple logistic regression test. The results showed that stress, length of working, work-family conflict, and work-life balance are factors associated with burnout among female Pramusapa at PT Transjakarta. The most dominant factor contributing to burnout was work-life balance, with a POR value of 0.070 (95% CI: 0.008–0.640), which is categorized as a protective risk factor ($POR < 1$). The higher the work-life balance, the lower the risk of burnout. Workers can maximize their time to rest or do entertaining activities and the company can organize regular outing activities with employees to help maintain work-life balance.

Keyword: Burnout, Length of Working, Pramusapa, Stress, Work-Life Balance

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Determinan Terjadinya *Burnout* Pada Pramusapa Perempuan di PT Transjakarta Tahun 2025” untuk memenuhi tugas akhir Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya atas semua bantuan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Secara khusus rasa terima kasih saya sampaikan kepada:

- a. Pramusapa perempuan Transjakarta sebagai responden penelitian ini.
- b. PT Transportasi Jakarta (Transjakarta) selaku perusahaan yang telah memberikan izin untuk penelitian ini dan para Korlap yang telah membantu berkoordinasi melakukan pengambilan data.
- c. Ibu Chahya Kharin Herbawani, S.Keb., Bd., MKM selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan dorongan dalam penyusunan penelitian ini.
- d. Ibu Dr. Suparni, S.T., M.K.K.K dan Bapak Afif Amir Amrullah, S. Kp, M.K.K.K selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam perbaikan penelitian ini.
- e. Kedua orang tua, kerabat, dan teman-teman yang sangat berjasa dalam memberikan semangat serta doa untuk membantu penulis menyelesaikan penelitian ini.

Jakarta, 26 Juni 2025

Penulis,

Yasmin Jamil Raihanah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
 BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 <i>Burnout</i>	7
II.2 Kerangka Teori	18
II.3 Penelitian Terdahulu	19
 BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Kerangka Konsep.....	23
III.2 Hipotesis Penelitian	23
III.3 Definisi Operasional	26
III.4 Desain Penelitian	29
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	31
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	31
III.8 Instrumen Penelitian	31
III.9 Pengolahan Data	33
III.10 Analisis Data	34
III.11 Etika Penelitian	35
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	37
IV.2 Hasil Penelitian.....	38
IV.3 Pembahasan	48
IV.4 Keterbatasan Penelitian	58
 BAB V PENUTUP.....	59
V.1 Kesimpulan.....	59
V.2 Saran	60

DAFTAR PUSTAKA	62
RIWAYAT HIDUP	69
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	.Penelitian Terdahulu	19
Tabel 2	Definisi Operasional.....	26
Tabel 3	Perhitungan Sampel Minimal Berdasarkan Penelitian Terdahulu.....	30
Tabel 4.	Kode Variabel Penelitian	33
Tabel 5.	Karakteristik Status Pekerja Pramusapa Perempuan.....	38
Tabel 6.	Distribusi Kejadian <i>Burnout</i>	39
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Variabel Independen	39
Tabel 8.	Hasil Analisis Bivariat.....	41
Tabel 9.	Seleksi Kandidat.....	44
Tabel 10.	Pemodelan awal (Full Model) Regresi Logistik	44
Tabel 11.	Pemodelan Kedua Regresi Logistik Tanpa Variabel <i>Work-Family</i> <i>Conflict</i>	45
Tabel 12.	Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel <i>Work-Family Conflict</i>	45
Tabel 13.	Pemodelan Ketiga Regresi Logistik Tanpa Variabel Usia.....	45
Tabel 14.	Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel Usia	46
Tabel 15.	Pemodelan Keempat Regresi Logistik Tanpa Waktu Kerja	46
Tabel 16.	Perubahan Nilai POR Tanpa Waktu Kerja	46
Tabel 17.	Pemodelan Kelima Regresi Logistik Tanpa Variabel <i>Job Demands</i>	47
Tabel 18.	Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel <i>Job Demands</i>	47
Tabel 19.	Pemodelan Keenam Regresi Logistik Tanpa Variabel Tingkat Stres	47
Tabel 20.	Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel Tingkat Stres	47
Tabel 21.	Full Model	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	18
Gambar 2. Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Surat Persetujuan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Surat Balasan Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 5	Lembar PSP (Penejelasan Sebelum Persetujuan)
Lampiran 6	Lembar <i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	Lembar Kuesioner
Lampiran 8	Dokumentasi Pengambilan Data
Lampiran 9	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 10	Hasil Uji Univariat
Lampiran 11	Hasil Uji Bivariat (Chi-square)
Lampiran 12	Hasil Uji Multivariat (ReLog Ganda)
Lampiran 13	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 15	Hasil Turnitin