

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *BURNOUT SYNDROME* PADA PEKERJA SURVEI SEISMIC PT X ROKAN HULU-PADANG LAWAS TAHUN 2025

Yulanda Tantra Zaharani

Abstrak

Burnout syndrome merupakan isu yang semakin mengkhawatirkan dalam dunia kerja modern, termasuk PT X dalam proyek survei seismik. *Burnout* disebabkan oleh faktor-faktor yaitu faktor demografi, faktor individu dan faktor lingkungan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi *burnout syndrome* pada pekerja survei seismik di PT X. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian ini menggunakan total sampling di PT X dengan total 124 pekerja. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang akan diisi langsung oleh responden. Analisis yang dilakukan yaitu dengan univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 49,2% pekerja yang memiliki *burnout syndrome* tingkat tinggi. Terdapat hubungan pada variabel jam kerja ($P = 0,046$) (POR = 1,508 ; 95% CI = 1,026-2,217), kualitas tidur ($P = 0,030$) (POR = 1,658 ; 95% CI = 1,042-2,640) dan *job demand* ($P = 0,043$) (POR = 0,653 ; 95% CI = 0,438-0,974) terhadap *burnout syndrome* pada pekerja survei seismik PT X. Untuk mengurangi risiko terjadinya *burnout syndrome* disarankan kepada PT X untuk menyediakan layanan dukungan psikologis, meninjau kembali kebijakan jam kerja dan sistem pembagian kerja, serta waktu istirahat.

Kata Kunci : *Burnout Syndrome*, Jam Kerja, *Job Demand*, Kualitas Tidur

FACTORS ASSOCIATED WITH BURNOUT SYNDROME AMONG SEISMIC SURVEY WORKERS AT PT X ROKAN HULU-PADANG LAWAS IN 2025

Yulanda Tantra Zaharani

Abstract

Burnout syndrome is an increasingly concerning issue in the modern workplace, including within PT X's seismic survey project. Burnout is caused by factors such as demographic factors, individual factors, and work environment factors. This study aims to identify the factors influencing burnout syndrome among seismic survey workers at PT X. This is a quantitative study with a cross-sectional design. The study population was selected using total sampling at PT X, totaling 124 workers. Data were collected by distributing questionnaires to be filled out directly by respondents. The data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the chi-square test. The results showed that 49.2% of workers experienced a high level of burnout syndrome. There was a significant association between working hours ($P = 0,046$) ($POR = 1,508$; $95\% CI = 1,026-2,217$), sleep quality ($P = 0.030$) ($POR = 1.658$; $95\% CI = 1.042-2.640$), and job demand ($P = 0.043$) ($POR = 0.653$; $95\% CI = 0.438-0.974$) with burnout syndrome among seismic survey workers at PT X. To reduce the risk of burnout syndrome, it is recommended that PT X provide psychological support services, review working hour policies and work allocation systems, as well as allow sufficient rest periods.

Keyword: *Burnout Syndrome, Job Demand, Sleep Quality, Working Hours*