



PENGARUH *JOB STRESS*, *WORKLOAD*, DAN *WORK FAMILY CONFLICT* TERHADAP *BURNOUT* PADA PEKERJA WANITA DENGAN PERAN GANDA DI DIVISI MISS CIMORY AREA BEKASI

SKRIPSI

VANIA OKTA RAMADHANESIA 2210111151

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
2025**



PENGARUH *JOB STRESS*, *WORKLOAD*, DAN *WORK FAMILY CONFLICT* TERHADAP *BURNOUT* PADA PEKERJA WANITA DENGAN PERAN GANDA DI DIVISI MISS CIMORY AREA BEKASI

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Manajemen

VANIA OKTA RAMADHANESIA 2210111151

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Vania Okta Ramadhania

NIM. : 2210111151

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

Jakarta, 02 Desember 2025

Yang menyatakan,



Vania Okta Ramadhania

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Vania Okta Ramadhania
NIM : 2210111151
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Program Studi : S1 Manajemen
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh Job Stress, Workload, dan Work Family Conflict terhadap Burnout pada Pekerja Wanita dengan Peran Ganda di Divisi Miss Cimory Area Bekasi

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/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 : 02 Desember 2025
Yang menyatakan,



Vania Okta Ramadhania

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *JOB STRESS*, *WORKLOAD*, DAN *WORK FAMILY CONFLICT* TERHADAP *BURNOUT* PADA PEKERJA WANITA DENGAN PERAN GANDA DI DIVISI MISS CIMORY AREA BEKASI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

VANIA OKTA RAMADHANESIA
2210111151

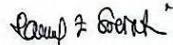
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal: 8 Desember 2025
dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima



Dr. Yudi Nur Supriadi, Sos.I, MM
Ketua Penguji



Airlangga Surya Kusuma, SE., M.Sc
Penguji I



Dr. Harry Z. Soeratin, SE. Ak, M.M.Acc, CA,
EPC,CRGP
Penguji II



DEKA D. Subandah, S.E., M.M.
Dekan



Siti Hidayati, SE., M.M.
Koordinator Program Studi

Disahkan di : Jakarta
Pada tanggal : 8 Desember 2025

***The Influence of Job Stress, Workload, and Work Family Conflict
on Burnout in Female Workers with Dual Roles in The Miss Cimory
Division in The Bekasi Area***

By: Vania Okta Ramadhanesia

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of job stress, workload, and work family conflict on employee burnout among workers at Miss Cimory Area Bekasi. The research employed a quantitative approach with data collected through an online questionnaire (Google Form) completed by 113 respondents. A total sampling technique was used to determine the sample, based on the entire accessible population that met the research criteria. Data analysis was conducted using descriptive and inferential statistics with SmartPLS 4.0. The analysis included convergent validity, discriminant validity, reliability testing, the coefficient of determination (R^2), predictive relevance (Q^2), and partial hypothesis testing (t-test). The results indicate that: (1) job stress has a significant effect on burnout; (2) workload has a significant effect on burnout; and (3) work family conflict has a significant effect on burnout. These findings demonstrate that all three independent variables contribute significantly to increasing the level of burnout experienced by employees at Miss Cimory Area Bekasi, particularly when job demands and role conflicts intensify. The findings indicate that work stress, workload, and work-family conflict all have a significant impact on burnout. This data shows that these three independent variables are closely related to the level of fatigue experienced by employees in the Miss Cimory Bekasi Area, especially when job expectations and role conflict increase.

Keywords: job stress; workload; work family conflict; burnout; miss cimory

Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan Konflik Pekerjaan Keluarga terhadap Kelelahan Kerja pada Wanita dengan Peran Ganda di Divisi Miss Cimory Area Bekasi

Oleh: Vania Okta Ramadhania

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti bagaimana stres kerja, beban kerja, dan konflik pekerjaan-keluarga memengaruhi kelelahan karyawan di antara karyawan Miss Cimory Area Bekasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan data dikumpulkan menggunakan kuesioner online (Google Form) yang diisi oleh 113 responden. Sampel ditentukan menggunakan teknik total sampling, yang melibatkan pemilihan dari seluruh populasi yang dapat diakses yang memenuhi kriteria penelitian. SmartPLS 4.0 digunakan untuk melakukan analisis data, termasuk statistik deskriptif dan inferensial. Penelitian ini menilai validitas konvergen dan diskriminan, reliabilitas, koefisien determinasi (R^2), relevansi prediktif (Q^2), dan pengujian hipotesis parsial (uji t). Temuan menunjukkan bahwa stres kerja, beban kerja, dan konflik kerja-keluarga semuanya memiliki pengaruh signifikan terhadap burnout. Data ini menunjukkan bahwa ketiga variabel independen tersebut sangat terkait dengan tingkat kelelahan yang dialami oleh karyawan di Area Miss Cimory Bekasi, terutama ketika ekspektasi pekerjaan dan konflik peran meningkat.

Kata kunci: stres kerja; beban kerja; konflik pekerjaan keluarga; kelelahan kerja; miss cimory

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jalan Rumah Sakit Fatmawati, Pondok Labu, Jakarta Selatan 12450

Telepon 021-7656971, Fax 021-7656904

Laman : www.feb.upnvj.ac.id , e-mail : febupnvj@upnvj.ac.id

BERITA ACARA SIDANG TUGAS AKHIR SEMESTER GANJIL TA. 2025/2026

Pada hari ini, Senin, tanggal 8 Desember 2025, telah dilaksanakan Sidang Tugas Akhir bagi mahasiswa:

Nama : Vania Okta Ramadhansia
NIM : 2210111151
Program Studi : Manajemen S1
Judul Tugas Akhir :

**PENGARUH JOB STRESS, WORKLOAD, DAN WORK FAMILY CONFLICT
TERHADAP BURNOUT PADA PEKERJA WANITA DENGAN PERAN GANDA DI
DIVISI MISS CIMORY AREA BEKASI**

Dinyatakan yang bersangkutan Lulus Tidak Lulus/Sidang Ulang*, dengan Nilai Rata-Rata
dan Nilai Huruf

Tim Penguji

No	Dosen Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Yudi Nur Supriyadi, Sos.I, MM	Ketua	
2	Airlangga Surya Kusuma, SE., M.Sc	Anggota I	
3	Dr.Harry Z. Soeratin, SE. Ak, M.M.Acc, CA, EPC,CRGP	Anggota II (**)	

Keterangan:

*) Coret yang tidak perlu

**) Dosen Pembimbing

Nilai dalam Skala

85 - 100 = A
80 - 84.99 = A-
75 - 79.99 = B+
70 - 74.99 = B
65 - 69.99 = B-
60 - 64.99 = C+
55 - 59.99 = C
40 - 54.99 = D
0 - 39.99 = E

Jakarta, 8 Desember 2025

Mengesahkan
a.n. DEKAN
Koordinator Prodi Manajemen S1

Siti Hidayati, SE, MM

PRAKATA

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Atas rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini tepat waktu dengan judul penelitian "Pengaruh *Job Stress, Workload, Dan Work Family Conflict* Terhadap *Burnout* Pada Pekerja Wanita Dengan Peran Ganda Di Divisi Miss Cimory Area Bekasi". Tak lupa, Saya ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Jubaedah, SE., M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
2. Ibu Dr. Dewi Cahyani Pangestuti, SE., MM selaku Ketua Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
3. Ibu Siti Hidayati, S.E., M.M selaku Kepala Program Studi Manajemen Program Sarjana Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
4. Bapak Dr. Drs. Harry Z. Soeratin., MM.Acc selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan waktunya selama penyusunan penelitian ini.
5. Kepala cabang dan Miss Cimory di area Bekasi selaku responden yang telah membantu dalam penelitian ini sehingga dapat diselesaikan
6. Teman-teman yang selalu saling membantu dalam pengerjaan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian yang dilakukan belum sempurna dan terbuka terhadap kritik serta saran yang membangun. Akhir kata, saya berharap proposal ini dapat memberikan kontribusi dalam bidang manajemen khususnya manajemen sumber daya manusia. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat, petunjuk, serta keberkahan dalam setiap langkah perjalanan kita semua. Aamiin.

Jakarta, 05 Desember 2025

Vania Okta Ramadhania

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUT.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	16
1.3 Tujuan Penelitian.....	16
1.4 Manfaat Penelitian.....	16
BAB II	18
TINJAUAN PUSTAKA.....	18
2.1 Landasan Teori	18
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia	18
2.1.2 <i>Burnout</i>	24
2.1.2.1 Pengertian <i>Burnout</i>	24
2.1.2.2 Faktor Penyebab <i>Burnout</i>	25
2.1.2.3 Gejala <i>Burnout</i>	27
2.1.2.4 Dampak <i>Burnout</i>	27
2.1.2.5 Dimensi <i>Burnout</i>	28
2.1.3 <i>Job Stress</i>	29
2.1.3.1 Pengertian <i>Job Stress</i>	29
2.1.3.2 Jenis-Jenis <i>Job Stress</i>	30
2.1.3.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Job Stress</i>	30
2.1.3.4 Dampak <i>Job Stress</i>	31
2.1.3.5 Dimensi <i>Job Stress</i>	32
2.1.4 <i>Workload</i>	33

2.1.4.1 Pengertian <i>Workload</i>	33
2.1.4.2 Jenis-Jenis <i>Workload</i>	33
2.1.4.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Workload</i>	34
2.1.4.4 Dampak <i>Workload</i>	34
2.1.4.5 Dimensi <i>Workload</i>	35
2.1.5 <i>Work Family Confllict</i>	35
2.1.5.1 Pengertian <i>Work Family Confllict</i>	35
2.1.5.2 Jenis-Jenis <i>Work Family Confllict</i>	36
2.1.5.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Work Family Confllict</i>	36
2.1.5.4 Dampak <i>Work family confllict</i>	39
2.1.5.5 Dimensi <i>Work Family Confllict</i>	40
2.2 Penelitian Terdahulu	40
2.3 Model penelitian.....	56
2.3 Hipotesis.....	58
BAB III.....	59
METODE PENELITIAN	59
3.1 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel	59
3.2 Penentuan Populasi dan Sampel.....	62
3.3 Teknik Pengumpulan Data	64
3.4 Teknik Analisis Data.....	65
BAB IV	72
HASIL DAN PEMBAHASAN	72
4.1 Deskripsi Objek Penelitian.....	72
4.2 Deskripsi Data Responden Penelitian	72
4.2.1 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Kelompok Usia	73
4.2.2 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Status Pernikahan	73
4.2.3 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Jumlah Anak	74
4.2.4 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja	75
4.2.5 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Jam Kerja Harian Rata-Rata	76
4.2.6 Deskripsi Objek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	76
4.3 Analisis Data Deskriptif	77
4.3.1 Analisis Indeks Jawaban Responden Terhadap <i>Burnout</i>	77
4.3.2 Analisis Indeks Jawaban Responden Terhadap <i>Job Stress</i>	79
4.3.3 Analisis Indeks Jawaban Responden Terhadap <i>Workload</i>	80
4.3.4 Analisis Indeks Jawaban Responden Terhadap <i>Work Family Confllict</i>	80

4.4 Uji Kualitas Data.....	82
4.4.1 Uji <i>Measurement Model (Outer Model)</i>	82
4.4.2 Uji <i>Structural Model (Inner Model)</i>	89
BAB V	100
SIMPULAN DAN SARAN.....	100
5.1 Simpulan.....	100
5.2 Keterbatasan Penelitian	101
5.3 Saran	101
DAFTAR PUSTAKA.....	103
RIWAYAT HIDUP.....	111
LAMPIRAN.....	113

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Pra-Survei Burnout	8
Tabel 2. Hasil Pra-Survei Job Stress	9
Tabel 3. Hasil Pra-Survei Workload	11
Tabel 4. Hasil Pra-Survei Work Family Conflict	12
Tabel 5. Matriks Penelitian Terdahulu	52
Tabel 6. Pengukuran Burnout	61
Tabel 7. Pengukuran Job stress	62
Tabel 8. Pengukuran Workload	62
Tabel 9. Pengukuran Work Family Conflict	63
Tabel 10. Kisi-Kisi Instrumen Pengukuran Variabel	63
Tabel 11. Populasi penelitian	65
Tabel 12. Ukuran Skala Likert	68
Tabel 13 Interpretasi Nilai Indeks Responden	69
Tabel 14. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Tingkat partisipasi angkatan kerja berdasarkan gender
Gambar 2. Tingkat partisipasi angkatan kerja di Indonesia
Gambar 3. Distribusi Persentase Pekerja Perempuan Menurut Jenis Pekerjaan (2021)
Gambar 4. Distribusi pekerja wanita di Asia Tenggara
Gambar 5. Perbedaan tingkat burnout, depresi, kecemasan, dan stres antara pekerjaan pria dan wanita
Gambar 6. Grand Theory, Middle Theory, Applied Theory
Gambar 7. Model Penelitian

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner

Lampiran 2. Tabulasi Data Kuesioner

Lampiran 3. Hasil Output Smart PLS

Lampiran 4. Surat Perizinan Riset dari Perusahaan

Lampiran 5. Mind Mapping Bab 1 – Bab 5

Lampiran 6. Mind Mapping *Research Gap*

Lampiran 7. Tabel T Hitung