



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
*BURNOUT SYNDROME* PADA DOSEN FAKULTAS ILMU  
KESEHATAN UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**NELCE TEJARUTH**

**1710713143**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2021**



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
*BURNOUT SYNDROME* PADA DOSEN FAKULTAS ILMU  
KESEHATAN UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

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

**NELCE TEJARUTH**

**1710713143**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2021**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Nelce Tejaruth  
NRP : 1710713143  
Tanggal : Rabu, 3 Februari 2021

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

Jakarta, 3 Februari 2021

Yang Menyatakan,



(Nelce Tejaruth)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Nelce Tejaruth  
NRP : 1710713143  
Fakultas : 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: Faktor-faktor yang berhubungan dengan *Burnout Syndrome* pada Dosen UPN Veteran Jakarta Tahun 2020.

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 (*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 : 3 Februari 2021

Yang menyatakan,



(Nelce Tejaruth)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Nelce Tejaruth  
NRP : 1710713143  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana  
Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout Syndrome* pada Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta

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.

Nayla Kamalia Fithri, SKM, MPH

Ketua Penguji

Rizki Amalia, SKM, M.H.Sc.

Penguji I



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan Fikes

Rafiah Maharani Pulungan, SKM, MKM

Penguji II (Pembimbing)

Arga Buntara, SKM, M.PH

Ka. Progdi Kesehatan Masyarakat  
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 3 Februari 2021

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *BURNOUT SYNDROME* PADA DOSEN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

**Nelce Tejaruth**

## **Abstrak**

*Burnout syndrome* adalah keadaan kelelahan mental dan fisik yang akan dapat menyebabkan penurunan performa dan kinerja kerja bahkan dapat menimbulkan sifat apatis dan sinisme. Dosen sebagai pekerjaan tenaga pendidik berada pada posisi 2 yang berpeluang mengalami *burnout syndrome*. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan *burnout syndrome* pada dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling dengan jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 66 responden. Variabel yang diteliti adalah *burnout syndrome*, usia, jenis kelamin, masa kerja, status pernikahan, jabatan fungsi, *work-life balance* dan beban kerja. Data dianalisis dengan uji *chi-square*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Maslach Burnout Inventory Educators Survey* (MBI-ES), *Work-life Balance Scale*, *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire*. Hasil penelitian ini menunjukkan faktor-faktor yang berhubungan dengan *burnout syndrome*, adalah jenis kelamin (nilai  $p=0.018$ ), *work-life balance* (nilai  $p= 0.000$ ) dan beban kerja (nilai  $p= 0.036$ ). Disimpulkan pihak UPN Veteran Jakarta diharapkan untuk mengurangi beban kerja, melakukan upaya peningkatan konsep diri dan para dosen diharapkan untuk mempertahankan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan rumah.

**Kata kunci:** determinan *burnout syndrome*, stessor pekerjaan, staf pengajar

# **FACTORS ASSOCIATED TO BURNOUT SYNDROME AMONG LECTURERS OF FACULTY OF HEALTH SCIENCES UPN VETERAN JAKARTA ON 2020**

**Nelce Tejaruth**

## **Abstract**

Burnout syndrome is a state of mental and physical exhaustion that can cause a decrease in performance and work performance and can even lead to apathy and cynicism. Lecturers as teaching staffs are in position number two who have the opportunity to experience burnout syndrome. This study aims to determine the factors associated with burnout syndrome in lecturers at the Faculty of Health Sciences, UPN Veteran Jakarta. This study used a quantitative analytical approach with a cross-sectional design. The sampling technique was total sampling with a total sample size of 66 respondents. The variables studied were burnout syndrome, age, gender, years of service, marital status, work-life balance, and workload. The data analyzed were using the chi-square test. The research instrument used was the Maslach Burnout Inventory Educators Survey (MBI-ES), Work-life Balance Scale, NIOSH Generic Job Stress Questionnaire. The results in this study indicate the factors associated with burnout syndrome, among others, the type of gender (p-value = 0.018), work-life balance (p-value = 0.000), and workload (p-value = 0.036). It concluded that UPN Veteran Jakarta is expected to reduce workload, make efforts to improve self-concept, and lecturers are expected to maintain a work-life balance.

**Keywords:** burnout syndrome determinants, job stressors, teaching staff

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena karunia Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan mini proposal dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout Syndrome* pada Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan jenjang perkuliahan pada Program studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta. Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas semua bantuan dan dukungan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung selama penyusunan proposal skripsi ini hingga selesai. Secara khusus rasa terima kasih tersebut saya sampaikan kepada Bapak, Ibu, dan keluarga tercinta yang telah banyak memberikan doa, dukungan dan motivasi secara materil maupun moril guna kelancaran penyelesaian skripsi ini. Kepada Ibu Rafiah Maharani Pulungan, SKM., MKM. selaku Dosen pembimbing 1 skripsi UPN dan Ibu Rizki Amalia, SKM, M.H.Sc selaku Dosen pembimbing 2 skripsi atas bimbingan, saran, motivasi yang telah diberikan dantelah banyak memberikan ilmu kepada penulis, Keluarga besar UPN Veteran Jakarta, terkhusus kepada rekan-rekan seperjuangan pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun, sehingga penulis dapat memperbaikinya dan dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Jakarta, 3 Februari 2021

Penulis

Nelce Tejaruth



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat .....	6
I.5 Ruang Lingkup.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 <i>Burnout Syndrome</i> .....	8
II.2 Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Burnout Syndrome</i> .....	11
II.3 <i>Burnout Syndrome</i> pada Masa Pandemi .....	17
II.4 Dosen .....	18
II.5 Penelitian Terdahulu .....	19
II.6 Kerangka Teori .....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Kerangka Konsep.....	23
III.2 Hipotesis Penelitian .....	24
III.3 Definisi Operasional .....	25
III.4 Desain Penelitian .....	27
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
III.6 Populasi dan Sampel .....	27
III.7 Sumber Data.....	28
III.8 Instrumen .....	29
III.9 Pengolahan Data .....	31
III.10 Teknik Analisis Data .....	33
III.11 Etika Penelitian .....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	35
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	35
IV.2 Hasil .....	36
IV.3 Pembahasan.....	42

IV.4	Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V	PENUTUP.....	53
V.1	Kesimpulan .....	53
V.2	Saran .....	54
DAFTAR PUSTAKA	.....	55
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perbedaan <i>Burnout</i> dan Stress.....	11
Tabel 2	Penelitian Terdahulu .....	19
Tabel 3	Definisi Operasional .....	25
Tabel 4	Distribusi Pertanyaan Positif dan Negatif.....	29
Tabel 5	Skoring pada <i>Instrument Burnout Syndrome</i> .....	30
Tabel 6	Skoring pada instrument WLB .....	30
Tabel 7	Skoring pada instrument WLB .....	31
Tabel 8	Kode Variabel Penelitian .....	31
Tabel 9	Gambaran Karakteristik Responden .....	36
Tabel 10	Distribusi <i>Burnout Syndrome</i> pada Dosen FIKES UPNVJ .....	37
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Variabel Independen.....	38
Tabel 12	Analisis Bivariat antara Faktor Internal dengan <i>Burnout Syndrome</i> .....	39
Tabel 13	Analisis Bivariat antara Faktor Eksternal dengan <i>Burnout Syndrome</i> .....	41

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1	Struktur organisasi FIKES UPN Veteran Jakarta .....	35
----------	---	----

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori Penelitian .....	22
Bagan 2	Kerangka Konsep Penelitian.....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Perizinan Penelitian Biro Umum dan Keuangan UPNVJ
- Lampiran 3 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 5 Surat Permohonan Pengambilan Data
- Lampiran 6 Penjelasan Sebelum Penelitian
- Lampiran 7 *Informed Consent*
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Turnitin