

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN KEJENUHAN
KERJA (*BURNOUT*) TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT R-
PACK PACKAGING INDONESIA DI WILAYAH KABUPATEN
BEKASI**

SKRIPSI



**OLEH:
VREISCILIA PATTINAYA
NIM: 112011440**

**PROGAM STUDI SARJANA MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PELITA BANGSA
BEKASI
2024**

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN KEJENUHAN
KERJA (*BURNOUT*) TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT R-
PACK PACKAGING INDONESIA DI WILAYAH KABUPATEN
BEKASI**

Diajukan Kepada Universitas Pelita Bangsa
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Menyelesaikan Program Sarjana Manajemen

SKRIPSI



OLEH:
VREISCILIA PATTINAYA
NIM: 112011440

**PROGAM STUDI SARJANA MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PELITA BANGSA
BEKASI
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing Tugas Akhir/Skripsi:

Nama Mahasiswa : Vreiscilia Pattinaya

NIM : 112011440

Judul Skripsi : Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja dan Kejenuhan Kerja
(*Burnout*) Terhadap Kinerja Karyawan PT R-Pack
Packaging Indonesia di Wilayah Kabupaten Bekasi.

Menyatakan bahwa, berdasarkan proses dan hasil bimbingan selama ini, serta dilakukan perbaikan, maka yang bersangkutan dapat mendaftarkan diri untuk mengikuti ujian tugas akhir/skripsi pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pelita Bangsa.

Bekasi, 14 Juli 2024

Pembimbing,



Wachid Hasyim.,S.E.,M.M
NIDN : 0411118901

SKRIPSI

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN KEJENUHAN KERJA
(BURNOUT) TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT. R-PACK
PACKAGING INDONESIA DI WILAYAH KABUPATEN BEKASI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Vreiscilia Pattinaya

112011440

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi pada hari Sabtu, tanggal 27, bulan Juli, tahun 2024 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen.

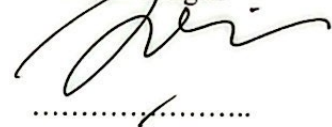
SUSUNAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Ketua Penguji

Dr. Pupung Purnamasari, S.E., M.M

NIDN: 0409037205

Tanda Tangan

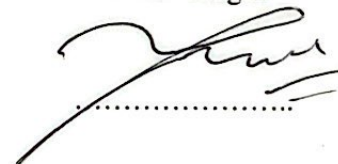


Anggota Penguji

Yohanes Herman Susilo, S.Kom., M.M

NIDN: 04015088105

Tanda Tangan



Mengetahui,

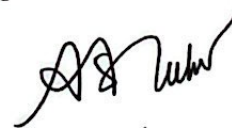
Ka. Prodi Manajemen



Dr. Yunita Ramadhani RDS.,S.E.,M.Sc

NIDN : 0406068402

Dekan Fakultas Ekonomi dan
Bisnis



Dr. Preatmi Nurastuti.,S.E.,M.M

NIDN : 0404046508

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

In the name of Jesus Christ

“Direndahkan dimata manusia, ditinggikan dimata Tuhan, *Prove Them Wrong*”

“Aku ditolak dengan hebat sampai jatuh, tetapi Tuhan menolong aku”.

(Mazmur 118:13)

“Sembunyikan Prosesmu, dan tunjukkan Hasilmu”.

(Guntur Badjideh)

“Memulai dengan keyakinan, menjalankan dengan penuh keikhlasan, menyelesaikan dengan penuh kebahagiaan. Terima kasih sudah bertahan, terima kasih sudah berjuang hingga berada di ujung akhir kemenangan ini. Badai pasti berlalu, semua akan indah pada waktunya.”

(Penulis)

Karya ini kupersembahkan untuk:

- Tuhan Yesus Kristus, atas segala berkat dan rahmat-Nya, laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.
- Keluargaku tercinta Bapak Zefnath Arnold Pattinaya dan Ibu Efriwati serta Adik Melvin Marthin Pattinaya yang telah memberikan kasih sayang, doa serta dukungannya dalam proses pembuatan skripsi.
- Bapak/Ibu Dosen Universitas Pelita Bangsa yang membimbing, mengarahkan dan membagikan ilmu pengetahuan sebagai bekal bagi penulis dalam pengembangan keilmuan maupun penyelesaian skripsi ini.
- Teman-temanku yang selalu menemaniku, ketika aku sedang lelah dalam proses pembuatan skripsi ini.
- PT R-PAC PACKAGING INDONESIA yang telah memberikan izin penelitian serta pengalaman yang sangat berharga.

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Vreiscilia Pattinaya

NIM : 112011440

Program Studi : Manajemen

Fakultas : Ekonomi dan Bisnis

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Universitas Pelita Bangsa seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Bekasi, 14 Juli 2024



Vreiscilia Pattinaya

NIM: 112011440

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dengan judul **“PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN KEJENUHAN KERJA (*BURNOUT*) TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT R-PAC PACKAGING INDONESIA DI WILAYAH KABUPATEN BEKASI”** dapat tercapai dan terselesaikan sesuai dan seturut dengan kehendak-Nya. Skripsi ini merupakan tugas akhir penulis sebagai salah satu dari persyaratan untuk memperoleh gelar Strata Satu Sarjana Manajemen (S.M) di Fakultas Ekonomi dan Bisnis pada Universitas Pelita Bangsa.

Sebab karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang begitu besar kepada:

1. Bapak Hamzah M Mardi Putra.,S.K.M.,M.M. selaku Rektor Universitas Pelita Bangsa.
2. Ibu Dr. Yunita Ramadhani RDS.,S.E.,M.Sc. selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pelita Bangsa.
3. Ibu Dr. Preatmi Nurastuti.,S.E.,M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Pelita Bangsa.
4. Bapak Wachid Hasyim.,SE.,M.M. selaku Dosen Pembimbing Universitas Pelita Bangsa yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberikan banyak kemudahan, memberikan masukan, serta arahan yang telah disampaikan selama ini kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah membimbing, mengarahkan dan membagikan ilmu pengetahuan sebagai bekal bagi penulis dalam pengembangan keilmuan maupun penyelesaian skripsi ini.
6. Teristimewa kepada cinta pertama penulis, Bapak Zefnath Arnold Pattinaya dan Ibu Efriwati yang senantiasa memberikan semangat, pelukan, doa dan kasih sayang kepada penulis. Sosok orang tua yang berhasil membuat saya bangkit dari kata menyerah. Penulis sadar, bahwa setiap kata dalam skripsi ini adalah buah dari kerja keras dan doa orang tua. Skripsi ini adalah persembahan

untukmu dari putri sulungmu yang saat ini sudah tumbuh dewasa dari awal perkuliahan dan sampai akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Kepada Adik terkasih penulis, Melvin Marthin Pattinaya yang selalu menguatkan melalui doa serta dukungan kepada penulis dalam proses pembuatan skripsi.
8. Rekan-rekan Mahasiswa/i seluruh angkatan 2020 Program Sarjana Manajemen Universitas Pelita Bangsa terima kasih atas keakraban, diskusi saran dan semangat yang diberikan.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyelesaian skripsi ini.
10. Terakhir, kepada diri saya sendiri Vreiscilia Pattinaya. Terima kasih sudah tetap bertahan di atas segala perjuangan, air mata, dan ketidakpastian di perjalanan panjang ini, meskipun sering kali ingin menyerah dan merasa putus asa. Terima kasih karena tetap memilih berusaha dan telah menemukan kekuatan. Terima kasih sudah melibatkan Tuhan Yesus Kristus dalam setiap perjalananmu. Adapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri, kamu hebat.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan pada penyusunan skripsi ini. Karena itu, penulis menerima kritik dan saran guna memperbaiki penulisan laporan penelitian ini dikemudian hari. Penulis juga berharap semoga hasil dari penelitian ini bisa berdampak positif untuk berbagai pihak yang membutuhkan.

Bekasi, 14 Juli 2024

Penulis,



Vreiscilia Pattinaya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Sistematika Penulisan	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Landasan Teori	8
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia.....	8
2.1.2 Kinerja Karyawan.....	10
2.1.3 Stres Kerja	12
2.1.4 Beban Kerja	14
2.1.5 Kejenuhan Kerja (<i>Burnout</i>)	16
2.2 Penelitian Terdahulu Yang Relevan	18
2.3 Hipotesis	20
2.4 Metode Penelitian	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Jenis Penelitian	23
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
3.3 Kerangka Konsep	24
3.3.1 Desain Penelitian	23
3.3.2 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Penelitian	25
3.4 Populasi dan Sampel.....	26
3.4.1 Populasi	26
3.4.2 Sampel	26
3.5 Metode Pengumpulan Data	26
3.6 Metode Analisis Data	28
3.6.1 Teknik Pengujian Instrumen.....	28
3.6.2 Uji Asumsi Klasik	29
3.6.3 Analisis Regresi Linear Berganda	30

3.6.4 Pengujian Hipotesis	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Hasil Penelitian.....	33
4.1.1 Deskripsi Data dan Gambaran Umum Hipotesis.....	33
4.1.2 Analisis Data atau Pengujian Hipotesis.....	37
BAB V PENUTUP	49
5.1 Kesimpulan	49
5.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Kegiatan Penelitian	23
Tabel 3.2 Operasional Variabel	25
Tabel 3.3 Skor Skala Likert.....	27
Tabel 4.1 Data Karyawan.....	32
Tabel 4.2 Hasil Instrumen Variabel Stres Kerja (X1).....	36
Tabel 4.3 Hasil Instrumen Variabel Beban Kerja (X2)	37
Tabel 4.4 Hasil Instrumen Variabel Kejenuhan Kerja (<i>Burnout</i>) (X3)	37
Tabel 4.5 Hasil Instrumen Variabel Kinerja Karyawan (Y).....	38
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas	38
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	40
Tabel 4.8 Hasil Uji Multikolinearitas.....	42
Tabel 4.9 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	44
Tabel 4.10 Hasil Uji T (Parsial).....	45
Tabel 4.11 Uji Koefisien Determinasi R^2	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Data Laporan Produktivitas Produksi Tahun 2020-2023	2
Gambar 1.2 Data Laporan Shipping Tahun 2020-2023	3
Gambar 2.1 Model Penelitian	22
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	24
Gambar 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Gambar 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	33
Gambar 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	34
Gambar 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	35
Gambar 4.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Karyawan.....	35
Gambar 4.5 Hasil Uji Normalitas Histogram.....	41
Gambar 4.6 Hasil Uji Normalitas P-Plot.....	41
Gambar 4.7 Hasil Uji Heteroskedastisitas	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Mapping Penelitian Terdahulu Yang Relevan	56
Lampiran 2. Permohonan Izin Penelitian.....	59
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	60
Lampiran 4. Kuesioner	61
Lampiran 5. Tabulasi Data Kuesioner.....	67
Lampiran 6. Data Karyawan	75
Lampiran 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	75
Lampiran 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	75
Lampiran 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	76
Lampiran 10. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	76
Lampiran 11. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Karyawan	76
Lampiran 12. Uji Validitas	77
Lampiran 13. Uji Reliabilitas	81
Lampiran 14. Uji Asumsi Klasik.....	82
Lampiran 15. Uji Multikolinearitas.....	83
Lampiran 16. Uji Heteroskedastisitas	84
Lampiran 17. Uji Regresi Linier Berganda.....	84
Lampiran 18. Uji T.....	84
Lampiran 19. Uji Koefisien Determinasi R ²	84
Lampiran 20. Data Laporan Produktivitas Produksi.....	85
Lampiran 21. R Tabel.....	86
Lampiran 22. T Tabel	90

Lampiran 23. Daftar Riwayat Hidup.....	95
--	----

***The Effect Of Work Stress, Workload and Burnout On Employee Performance
Of PT R-Pac Packaging Indonesia In Bekasi Regency***

Vreiscilia Pattinaya ¹⁾
Wachid Hasyim ²⁾

Abstract

This study aims to determine how the impact of work stress, workload, burnout can significantly affect employee performance at PT R-PAC PACKAGING INDONESIA in Bekasi Regency. In this research, the authors chose to use a type of quantitative research with a survey method. The population in this study were all employees who worked at PT R-PAC PACKAGING INDONESIA with a total of 264 employees. This study took samples based on probability sampling, namely with simple random sampling techniques and obtained a sample size of 72 respondents. Data collection using a questionnaire has been tested by the author for validity, reliability, classical assumption test, multiple linear regression analysis, hypothesis, and coefficient of determination R² using SPSS 27 software. Based on all the tests that have been carried out, work stress has a significant negative effect on the performance of employees of PT R-PAC PACKAGING INDONESIA. Then workload also has a significant negative effect on job satisfaction of PT R-PAC PACKAGING INDONESIA employees. Finally, burnout contributes to a significant negative effect on the performance of employees of PT R-PAC PACKAGING INDONESIA.

Keywords: Work Stress, Workload, Burnout and Employee Performance.

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN KEJENUHAN KERJA
(*BURNOUT*) TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT R-PAC
PACKAGING INDONESIA DI WILAYAH KABUPATEN BEKASI**

Vreiscilia Pattinaya ¹⁾

Wachid Hasyim ²⁾

ABSTRAK

Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui bagaimana dampak dari stres kerja, beban kerja, kejenuhan kerja (*burnout*) bisa berpengaruh secara signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT R-PAC PACKAGING INDONESIA di wilayah Kabupaten Bekasi. Pada penelitian yang dilakukan ini, penulis memilih untuk menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh karyawan yang bekerja di PT R-PAC PACKAGING INDONESIA dengan jumlah karyawan mencapai 264 orang. Penelitian ini mengambil sampel berdasarkan *probability sampling*, yaitu dengan teknik *simple random sampling* dan mendapatkan jumlah sampel sebanyak 72 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner sudah diuji penulis baik untuk validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, analisis regresi linier berganda, hipotesis, serta koefisien determinasi R^2 dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 27. Berdasarkan dari semua pengujian yang telah dilakukan, stres kerja berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kinerja karyawan PT R-PAC PACKAGING INDONESIA. Kemudian beban kerja juga berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan PT R-PAC PACKAGING Indonesia. Terakhir yaitu kejenuhan kerja (*burnout*) turut andil dalam pengaruh negatif secara signifikan terhadap kinerja karyawan PT R-PAC PACKAGING Indonesia.

Kata kunci: Stres Kerja, Beban Kerja, Kejenuhan Kerja (*Burnout*) dan Kinerja Karyawan.