

**PENGARUH BEBAN KERJA, DUKUNGAN PIMPINAN, DAN
KESEIMBANGAN KERJA-KEHIDUPAN TERHADAP *BURNOUT*
PADA KARYAWAN PT. KANSAI PRAKARSA COATINGS SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:

BERTA MELATI AWINDA CHOLIS

21042010284

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAWA TIMUR
FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA DAN POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU ADMINISTRASI BISNIS**

SURABAYA

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH BEBAN KERJA, DUKUNGAN PIMPINAN, DAN KESEMBANGAN
KERJA-KEHIDUPAN TERHADAP *BURNOUT* PADA KARYAWAN PT. KANSAI
PRAKARSA COATINGS SURABAYA**

Disusun Oleh:

BERTA MELATI AWINDA CHOLIS
NPM.21042010284

Telah Disetujui Untuk Mengikuti Ujian Skripsi

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Dra. Siti Ning Farida., M.Si
NIP. 196009241993032001

Mengetahui,

DEKAN FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA, DAN POLITIK

Dr. Catur Suratnoaji, M.Si
NIP.196804182021211006

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH BEBAN KERJA, DUKUNGAN PIMPINAN, DAN KESEIMBANGAN KERJA-KEHIDUPAN TERHADAP *BURNOUT* PADA KARYAWAN PT. KANSAI PRAKARSA COATINGS SURABAYA

Disusun Oleh:

BERTA MELATI AWINDA CHOLIS
NPM.210422010284

Telah dipertahankan dihadapkan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi
Program Studi Administrasi Bisnis Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik
Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur
Pada Tanggal 11 September 2025

Menyetujui,

PEMBIMBING UTAMA


Dra. Siti Ning Farida, M.Si
NIP. 196407291990032001

TIM PENGUJI

1. Ketua


Dra. Ety Dwi Susanti, M.Si
NIP. 19685011994032001

2. Sekretaris


Maharani Ikaningtyas, S.E., M.AB
NPT.2121992052638

3. Anggota


Dra. Siti Ning Farida, M.Si
NIP. 196407291990032001

Mengetahui,
DEKAN FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA DAN POLITIK


Dr. Catur Suratnoaji, M.Si
NIP. 19680418202121006

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Berta Melati Awinda Cholis
NPM : 21042010284
Program : Sarjana (S1)
Program Studi : Administrasi Bisnis
Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi* ini tidak terdapat bagian dari karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dalam dokumen ini dan disebutkan secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dan saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi. Apabila dikemudian hari ditemukan indikasi plagiat pada Skripsi/Tesis/Desertasi ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun juga dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Surabaya, 16 September 2025
Yang membuat pernyataan



Berta Melati Awinda Cholis
NPM. 21042010284

*pilih salah satu (lingkari)

KATA PENGANTAR

Segala puji Syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, penulis panjatkan karena dengan berkat, limpahan Rahmat, karunia serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Beban Kerja, Dukungan Supervisor, dan Keseimbangan Kerja-Kehidupan terhadap *Burnout* pada karyawan PT. Kansai Prakarsa Coatings”.

Penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada ibu Dra. Siti Ning Farida, Msi selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, dukungan serta memberikan saran kepada penulis. Ucapan terimakasih yang tiada henti penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan kepada penulis, baik dukungan moril, materil, maupun spiritual. Sehubungan dengan ini penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kepada Bapak Dr. Catur Suratnoaji, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur.
2. Kepada Dr. Acep Samsudin, S.Sos., M.M., M.A selaku Ketua Program Studi Administrasi Bisnis Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur
3. Kepada Bapak/Ibu Dosen Program Studi Administrasi Bisnis Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur
4. Kedua orang tua, terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan untuk bisa meraih pendidikan tinggi, serta pengorbanan, cinta dan do’a yang selalu dilantarkan untuk kemudahan disetiap semua langkah dan proses penulis. Semoga Allah SWT selalu menjaga kalian dan bisa menemani hingga tercapainya pendidikan yang lebih tinggi lagi.
5. Kepada yang tersayang, Rafli Adi Saputra pemicu semangat, sumber dari segala kekuatan, ide, motivasi, dan inspirasi. Terimakasih telah membersamai dan menjadi rumah untuk melepas keluh kesah, segala usaha yang diberikan mulai dari waktu, doa dan support dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.

6. Kepada kawan kawan since yang selalu memberikan keyakinan dan dukungan serta semangat untuk berani melangkah. Terimakasih menjadi pemicu untuk penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini hingga selesai.
7. Last but not least, kepada diri saya sendiri. Berta Melati, Terima kasih tetap memilih berusaha dan bertahan sampai di titik ini. Terimakasih untuk tetap semangat dan memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan dan diapresiasi untuk diri sendiri. Berbahagialah dan tetap bertahan apapun kondisinya dan dimanapun berada, Berta. Apapun kurang dan lebihmu tetaplah bangga dan rayakan dirimu sendiri selalu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan karena keterbatasan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan penulis nantikan demi kesempurnaan laporan ini mengingat bahwa tidak ada sesuatu yang datang sempurna tanpa saran yang membangun.

Surabaya, 15 September 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	14
1.3. Tujuan Penelitian.....	14
1.4. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1. Penelitian Terdahulu	16
2.2. Landasan Teori	20
2.2.1. Manajemen Sumber Daya Manusia	20
2.2.2. Beban Kerja	24
2.2.3. Dukungan Pimpinan.....	27
2.2.4. Keseimbangan Kerja-kehidupan	29
2.2.5. <i>Burnout</i>	31
2.3. Kerangka Berpikir	37
2.4. Hipotesis.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
3.1. Jenis Penelitian	42
3.2. Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Penelitian.....	42
3.2.1. Definisi Operasional	42
3.2.2. Pengukuran Variabel	49
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	50
3.3.1. Populasi.....	50
3.3.2. Sampel.....	50
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	50
3.4. Teknik Pengumpulan Data	52
3.4.1. Jenis Data	52
3.4.2. Sumber Data.....	52
3.4.3. Pengumpulan Data	52
3.5. Teknik Analisis Data	53
3.5.1. Uji Validitas.....	53
3.5.2. Uji Reabilitas.....	54
3.6. Uji Asumsi Klasik.....	54
3.6.1. Uji Normalitas.....	55
3.6.2. Uji Multikolinearitas	56
3.6.3. Uji Heteroskedastisitas	56
3.7. Analisis Regresi Linear Berganda	57

3.8. Koefisien Determinasi	57
3.9. Uji Hipotesis	58
3.9.1. Uji F	58
3.9.2. Uji t.....	59
BAB IV PEMBAHASAN.....	60
4.1. Gambaran Umum Objek Penelitian dan Penyajian Data	60
4.1.1. Sejarah Perusahaan	60
4.1.2. Logo Perusahaan	61
4.1.3. Visi dan Misi Perusahaan	61
4.2. Penyajian Data Hasil Penelitian.....	62
4.2.1. Deskripsi Karakteristik Responden	62
4.3. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis	65
4.3.1. Dekriptif Variabel Penelitian.....	65
4.3.2. Uji Instrumen Penelitian	73
4.3.3. Uji Asumsi Klasik	75
4.3.4. Analisis Regresi Linier Berganda	80
4.3.5. Uji Hipotesis	83
4.3.6. Koefisien Determinasi.....	87
4.4. Pembahasan	88
4.4.1. .Pengaruh Beban Kerja (X1), Dukungan Pimpinan (X2), dan Keseimbangan Kerja- Kehidupan (X3) terhadap <i>Burnout</i> Karyawan (Y) (SIMULTAN)	89
4.4.2. .Pengaruh Beban Kerja (X1) terhadap <i>Burnout</i> (Y) (PARSIAL)	90
4.4.3. .Pengaruh Dukungan Pimpinan terhadap <i>Burnout</i> Y (PARSIAL)	92
4.4.4. .Pengaruh Keseimbangan Kerja – Kehidupan (X3) terhadap <i>Burnout</i> (Y) (PARSIAL)	92
BAB V PENUTUP	94
5.1. Kesimpulan.....	94
5.2. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Ringkasan Definisi Operasional.....	47
Tabel 3.2 Skala Likert	49
Tabel 3.3 Kriteria Responden.....	50
Tabel 4.1 Karakteristik Jenis Kelamin Responden	62
Tabel 4.2 Karakteristik Usia Responden	63
Tabel 4.3 Karakteristik Status Karyawan Responden.....	63
Tabel 4.4 Karakteristik Divisi Responden	64
Tabel 4.5 Deskriptif Variabel Beban Kerja.....	65
Tabel 4.6 Deskriptif Variabel Dukungan Pimpinan (X2)	67
Tabel 4.7 Deskriptif Variabel Keseimbangan Kerja – Kehidupan (X3)	69
Tabel 4.8 Deskriptif Variabel <i>Burnout</i> (Y)	71
Tabel 4.9 Hasil Uji Validitas	73
Tabel 4.10 Hasil Uji Reliabilitas	74
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas.....	76
Tabel 4.12 Hasil Uji Multikolinieritas.....	77
Tabel 4.13 Hasil Uji Autokorelasi.....	80
Tabel 4.14 Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda	80
Tabel 4.15 Hasil Uji F	83
Tabel 4.16 Hasil Uji Koefisien Determinasi	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Grafik Pengaruh Aspek Beban Kerja	10
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	39
Gambar 3.1 Kurva uji f	58
Gambar 3.2 Kurva Uji t.....	59
Gambar 4.1 Logo Perusahaan.....	61
Gambar 4.2 <i>Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual</i>	75
Gambar 4.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas	79
Gambar 4.4 Kurva Hasil Uji f.....	84
Gambar 4.5 Kurva Uji t.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Uji Validitas	99
Lampiran 2. Uji Reliabilitas	101
Lampiran 3. Uji Normalitas.....	102
Lampiran 4. Uji Multikolinearitas	103
Lampiran 5. Uji Heteroskedastisitas	103
Lampiran 6. Uji Autokorelasi	103
Lampiran 7. Analisis Regresi Linier Berganda	104
Lampiran 8. Uji f (Simultan)	104
Lampiran 9. Uji t (Parsial)	104
Lampiran 10. Uji Koefisien Determinasi (R^2)	104
Lampiran 11 kuesioner Penelitian 1	105

ABSTRAK

PENGARUH BEBAN KERJA, DUKUNGAN PIMPINAN, DAN KESEIMBANGAN KERJA-KEHIDUPAN TERHADAP *BURNOUT* PADA KARYAWAN PT. KANSAI PRAKARSA COATINGS SURABAYA

Berta Melati, Dra. Siti Ning Farida., M.Si

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja, dukungan pimpinan, dan keseimbangan kerja-kehidupan terhadap *burnout* pada karyawan. *Burnout* merupakan kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi diri yang kerap dialami karyawan akibat tekanan kerja yang berkelanjutan. Beban kerja yang berlebihan, minimnya dukungan pimpinan, dan ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi menjadi faktor utama yang dapat memicu *burnout*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap karyawan di PT. Kansai Prakarsa Coatings. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur variabel beban kerja, dukungan pimpinan, keseimbangan kerja-kehidupan, dan tingkat *burnout*. Hasil analisis menunjukkan bahwa beban kerja memiliki pengaruh positif signifikan terhadap *burnout*, sementara dukungan pimpinan dan keseimbangan kerja-kehidupan berpengaruh negatif signifikan terhadap *burnout*.

Penelitian ini menegaskan pentingnya pengelolaan beban kerja yang efektif, peran dukungan pimpinan, dan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dalam mengurangi risiko *burnout* pada karyawan. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi manajemen perusahaan dalam merancang kebijakan kerja yang lebih sehat dan mendukung kesejahteraan karyawan.

Kata kunci: beban kerja, dukungan pimpinan, keseimbangan kerja-kehidupan, *burnout*, karyawan

ABSTRACT

THE EFFECT OF WORKLOAD, LEADERSHIP SUPPORT, AND WORK-LIFE BALANCE ON BURNOUT AMONG EMPLOYEES OF PT. KANSAI PRAKARSA COATINGS SURABAYA

Berta Melati, Dra. Siti Ning Farida., M.Si

This study aims to analyze the influence of workload, leadership support, and work-life balance on employee burnout. Burnout is a condition of emotional exhaustion, depersonalization, and decreased self-efficacy often experienced by employees due to ongoing work pressure. Excessive workload, minimal leadership support, and an imbalance between work and personal life are the main factors that can trigger burnout.

This study used a quantitative approach with a survey method among employees at PT. Kansai Prakarsa Coatings. Data were collected through a questionnaire measuring workload, leadership support, work-life balance, and burnout levels. The analysis showed that workload had a significant positive effect on burnout, while leadership support and work-life balance had a significant negative effect.

This study emphasizes the importance of effective workload management, the role of leadership support, and work-life balance in reducing the risk of burnout in employees. These findings provide practical implications for company management in designing healthier work policies and supporting employee well-being.

Keywords: *workload, leadership support, work-life balance, burnout, employees*