

***BURNOUT* DITINJAU DARI *WORK-LIFE BALANCE* DAN
MASA KERJA PADA DOSEN WANITA**

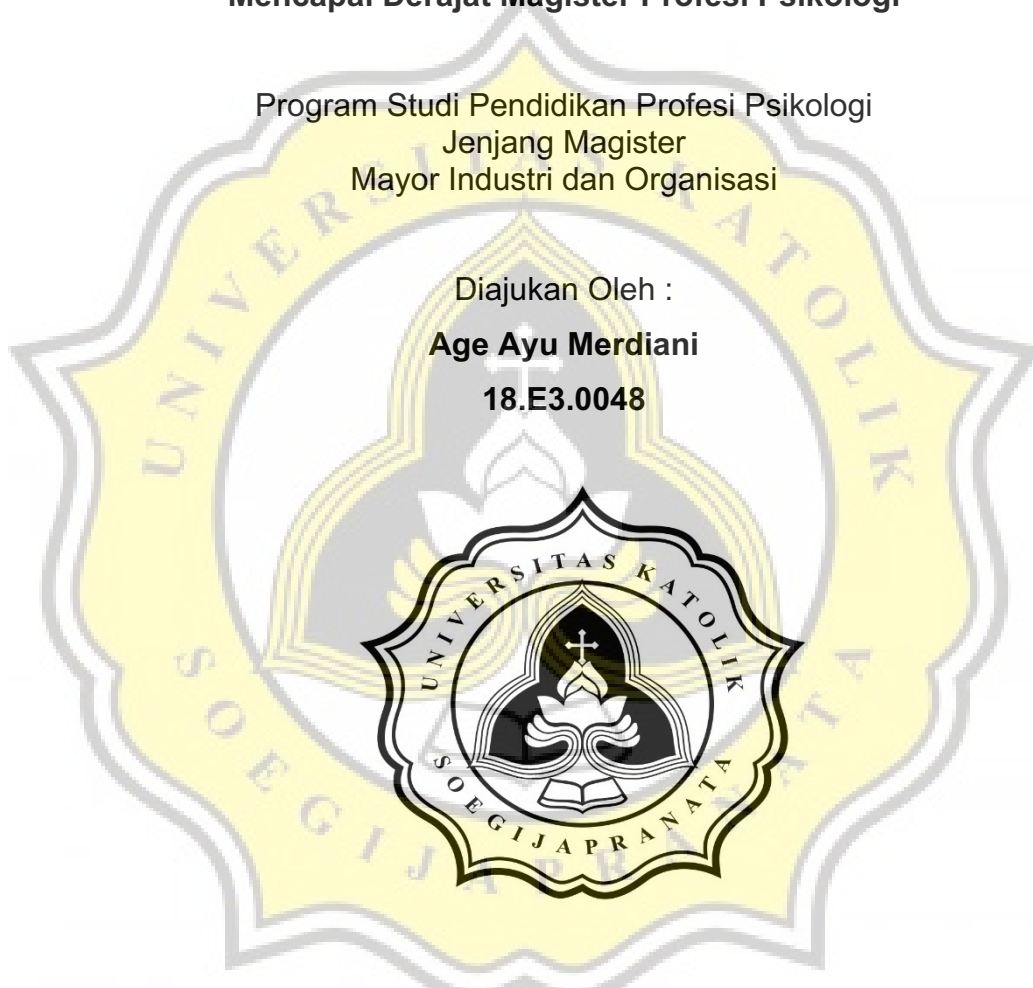
**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Profesi Psikologi**

Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Mayor Industri dan Organisasi

Diajukan Oleh :

Age Ayu Merdiani

18.E3.0048



**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI
JENJANG MAGISTER
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019**

TESIS

BURNOUT DITINJAU DARI *WORK-LIFE BALANCE* DAN MASA KERJA PADA
DOSEN WANITA

Age Ayu Merdiani
18.E3.0048

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Magister Profesi Psikologi

Pada Tanggal

20 DESEMBER 2019

Mengesahkan,
Ketua Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata



(Dr. Endang Widyorini, MS, Psikolog)

Ketua Program




**BURNOUT DITINJAU DARI WORK-LIFE BALANCE DAN MASA KERJA
PADA DOSEN WANITA**

Age Ayu Merdiani
18.E3.0048

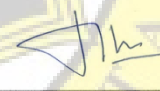
Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi

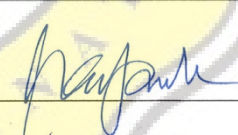
Pada Tanggal
20 Desember 2019

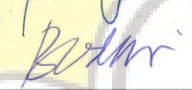
Semarang, 20 Desember 2019
Ketua Program Pascasarjana


(Dr. Endang Widvorini, MS, Psikolog)

Dewan Penguji :

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si., Psikolog 

2. Drs. George Hardjanta, M.Si., Psikolog 

3. Drs. DP. Budi Susetyo, M.Si 

HALAMAN PENGESAHAN

**BURNOUT DITINJAU DARI WORK-LIFE BALANCE DAN MASA
KERJA PADA DOSEN WANITA**

AGE AYU MERDIANI

18.E3.0048

Tesis ini telah dipertahankan di depan dewan penguji dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Profesi Psikologi

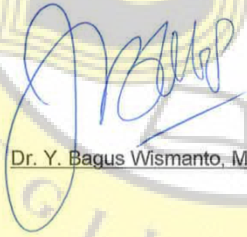
Pada Tanggal :


10 Oktober 2019

Menyetujui,

Dosen Pembimbing Utama

Dosen Pembimbing Pendamping


Dr. Y. Bagus Wismanto, MS


Lucia Trisni W, S.Psi, M.Si, Psikolog

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 20 Desember 2019

Yang menyatakan,



(Age Ayu Merdiani)

WORK-LIFE BALANCE AND YEARS OF EXPERIENCE AS PREDICTORS OF BURNOUT AMONG WOMEN LECTURERS

Age Ayu Merdiani

ABSTRACT

This research attempts to explore the relationship between work-life balance, years of experience and burnout, whether work-life balance and years of experience might predict burnout. The first hypothesis proposed in this study is there's a relationship between work-life balance, years of experience, and burnout among women lecturers. Second hypothesis proposed in this study is there's negative relationship between work-life balance and burnout. Third hypothesis in this study is there's negative relationship between years of experience and burnout. In this study there are 110 women lecturers as participants found by using incidental sampling. Research data have been collected via survey which is conducted with Likert scale consist of 17 items of burnout, 22 items of work-life balance, and demographic data from years of experience. Multiple regression analysis is applied to obtain work-life balance and years of experience as predictors of burnout with $R=0,395$ and $p=0,000$ ($p<0,01$) indicate that work-life balance and years of experience predict burnout, which means that the first hypothesis is accepted. Pearson correlation analysis is applied to obtain the relationship between burnout and work-life balance with $r_{xy} = 0,349$ and $p=0,000$ ($p<0,01$) indicate that there is a positive and significant correlation between work-life balance and burnout, which means that the second hypothesis in this study was rejected. While Spearman's correlation is applied to obtain the relationship between years of experience and burnout with $r_{xy} = -0,165$ and $p=0,043$ ($p<0,05$) indicate that there is a negative and significant correlation between years of experience and burnout, which means that the third hypothesis in this study was accepted.

Keywords: *Burnout, Work-Life Balance, Years of Experience, Women Lecturers*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan ridho-Nya tesis ini dapat diselesaikan. Selama menempuh pendidikan dan penulisan dalam rangka penyelesaian tesis ini, penulis banyak mendapatkan dukungan dan bantuan secara moril maupun materiil dari berbagai pihak.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

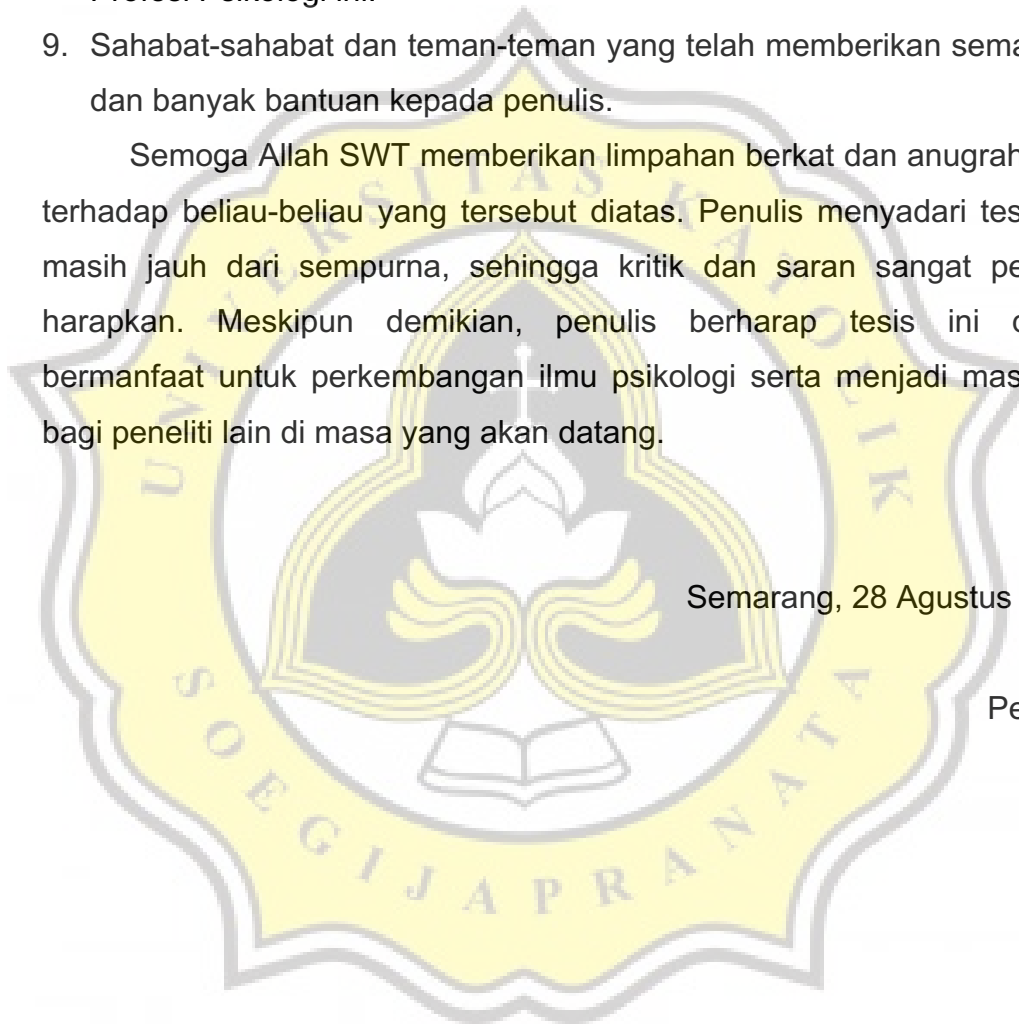
1. Ibu Dr. Endang Widyorini, MS, Psikolog selaku Ketua Program Pascasarjana Magister Profesi Psikologi yang telah memberikan tenaga, waktu dan perhatian sehingga tesis ini dapat diselesaikan.
2. Bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, MS dan Ibu Lucia Trisni W, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku pembimbing utama dan pembimbing pendamping yang telah menyediakan segenap waktu, tenaga dan perhatian untuk membimbing, mengarahkan serta memberikan saran yang sangat berharga bagi penulisan tesis ini.
3. Bapak Budi Setiyono, S.Sos., M.Pol.Admin., Ph.D selaku Wakil Rektor Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Diponegoro, yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian pada dosen wanita Universitas Diponegoro.
4. Para dosen wanita di Universitas Diponegoro Semarang yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi subyek dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai.
5. Seluruh dosen Psikologi Industri dan Organisasi Program Pascasarjana Magister Profesi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat sehingga membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
6. Seluruh staf Tata Usaha Program Pascasarjana Magister Profesi Psikologi yang telah membantu administrasi dalam penyelesaian tesis ini.

7. Kedua orangtua dan mertua yang tiada henti-hentinya memberikan doa, semangat, dan dukungan untuk kesuksesan penulis.
8. Audi Aldiano Anandhika, Arsa Stelvio Aldiano, dan Ardra Trevi Aldiano yang telah menjadi inspirasi serta semangat terbesar penulis untuk terus berusaha dan menyelesaikan pendidikan Pascasarjana Magister Profesi Psikologi ini.
9. Sahabat-sahabat dan teman-teman yang telah memberikan semangat dan banyak bantuan kepada penulis.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan berkat dan anugrah-Nya terhadap beliau-beliau yang tersebut diatas. Penulis menyadari tesis ini masih jauh dari sempurna, sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan. Meskipun demikian, penulis berharap tesis ini dapat bermanfaat untuk perkembangan ilmu psikologi serta menjadi masukan bagi peneliti lain di masa yang akan datang.

Semarang, 28 Agustus 2019

Penulis



DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Tujuan Penelitian | 1 |
| C. Manfaat Penelitian | 16 |
| 1. Manfaat Teortis | 16 |
| 2. Manfaat Praktis | 16 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 17 |
| A. <i>Burnout</i> | 17 |
| 1. Pengertian <i>Burnout</i> | 17 |
| 2. Dimensi <i>Burnout</i> | 19 |
| 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Burnout</i> | 22 |
| B. <i>Work-Life Balance</i> | 31 |
| 1. Pengertian <i>Work-Life Balance</i> | 31 |
| 2. Dimensi <i>Work-Life Balance</i> | 34 |
| C. Masa Kerja | 37 |
| 1. Pengertian Masa Kerja | 37 |
| 2. Tahapan Masa Kerja | 39 |
| D. Hubungan Antara <i>Work-Life Balance</i> dengan <i>Burnout</i> | 40 |
| E. Hubungan Antara Masa Kerja dengan <i>Burnout</i> | 44 |
| F. Hubungan Antara <i>Work-Life Balance</i> dan Masa Kerja dengan <i>Burnout</i> Pada Dosen Wanita | 46 |
| G. Kerangka Berpikir | 51 |
| H. Hipotesis | 53 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 54 |
| A. Metode Penelitian Yang Digunakan | 54 |
| B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian | 54 |
| C. Definisi Operasional Variabel Penelitian | 55 |
| 1. <i>Burnout</i> | 55 |
| 2. <i>Work-Life Balance</i> | 55 |

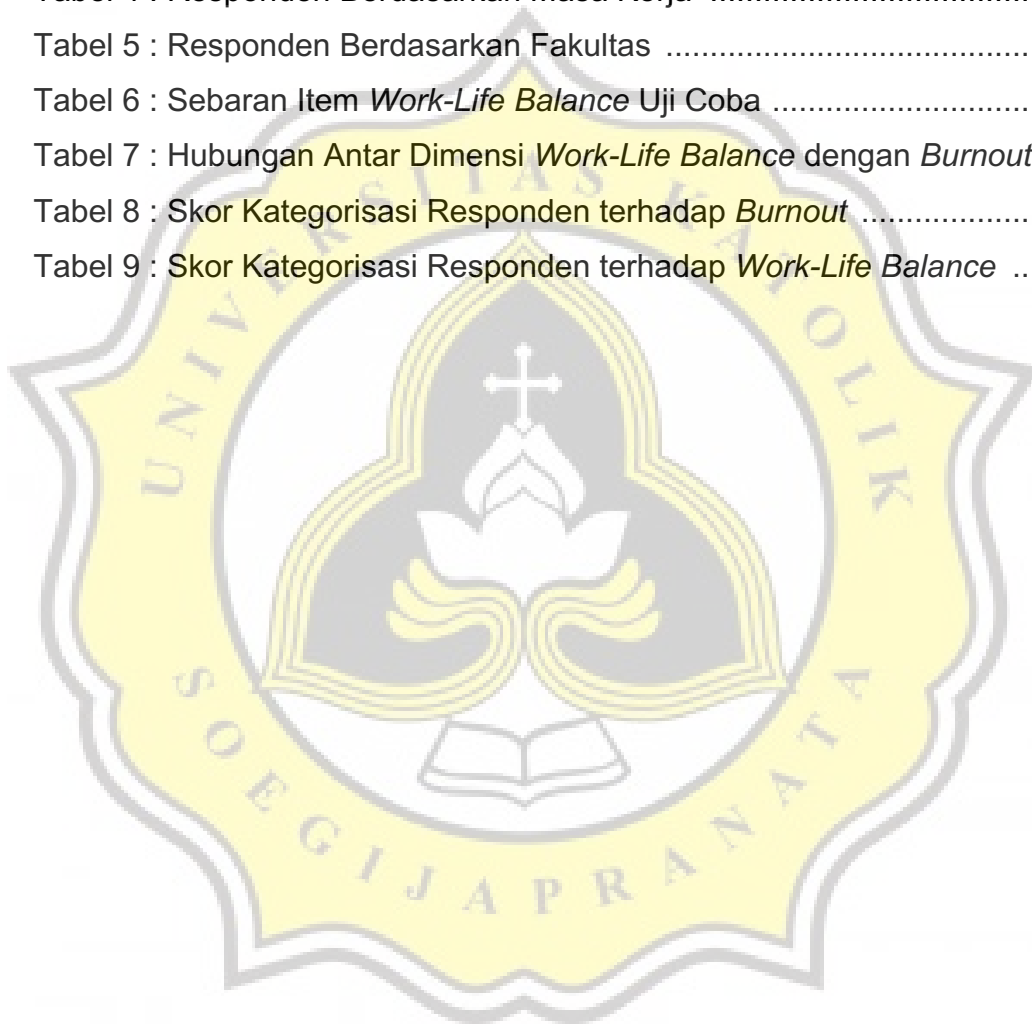
| | |
|---|-----------|
| 3. Masa Kerja | 56 |
| D. Subyek Penelitian | 56 |
| E. Metode Pengumpulan Data | 57 |
| 1. Skala <i>Burnout</i> | 58 |
| 2. Skala <i>Work-Life Balance</i> | 60 |
| F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur | 61 |
| 1. Validitas | 61 |
| 2. Reliabilitas | 63 |
| G. Metode Analisa Data | 63 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 65 |
| A. Orientasi Kancah Penelitian | 65 |
| B. Persiapan Pengumpulan Data | 67 |
| 1. Penyusunan Alat Ukur | 67 |
| 2. Persiapan Administratif | 69 |
| C. Gambaran Umum Partisipan | 69 |
| D. Validitas dan Reliabilitas | 71 |
| 1. Variabel <i>Burnout</i> | 72 |
| 2. Variabel <i>Work-Life Balance</i> | 72 |
| E. Analisis Data | 73 |
| 1. Uji Asumsi | 73 |
| a. Uji Normalitas | 73 |
| b. Uji Linearitas | 74 |
| c. Uji Multikolinearitas | 75 |
| 2. Uji Hipotesis | 75 |
| a. Hipotesis Mayor (H1) | 75 |
| b. Hipotesis Minor 1 (H2) | 76 |
| c. Hipotesis Minor 2 (H3) | 77 |
| 3. Uji Tambahan | 78 |
| F. Pembahasan | 80 |
| 1. Hipotesis Mayor (H1) | 80 |
| 2. Hipotesis Minor 1 (H2) | 83 |

| | |
|--|-----------|
| 3. Hipotesis Minor 2 (H3) | 88 |
| 4. Analisa Tambahan | 90 |
| a. Variabel <i>Burnout</i> | 90 |
| b. Variabel <i>Work-Life Balance</i> | 93 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 98 |
| A. Kesimpulan | 98 |
| B. Saran | 99 |
| DAFTAR PUSTAKA | |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1 : <i>Blue Print</i> Skala <i>Burnout</i> | 60 |
| Tabel 2 : <i>Blue Print</i> Skala <i>Work-Life Balance</i> | 61 |
| Tabel 3 : Responden Berdasarkan Status Pernikahan dan Pendidikan . | 70 |
| Tabel 4 : Responden Berdasarkan Masa Kerja | 70 |
| Tabel 5 : Responden Berdasarkan Fakultas | 71 |
| Tabel 6 : Sebaran Item <i>Work-Life Balance</i> Uji Coba | 73 |
| Tabel 7 : Hubungan Antar Dimensi <i>Work-Life Balance</i> dengan <i>Burnout</i> | 79 |
| Tabel 8 : Skor Kategorisasi Responden terhadap <i>Burnout</i> | 90 |
| Tabel 9 : Skor Kategorisasi Responden terhadap <i>Work-Life Balance</i> | 93 |



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Kerangka Berpikir 52



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Terjemahan Skala Penelitian | 113 |
| <i>Expert Judgement</i> | 114 |
| Skala Penelitian | 118 |
| Sebaran Data Uji Coba Skala <i>Work-Life Balance</i> | 126 |
| Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Work-Life Balance</i> | 127 |
| Sebaran Data Hasil Penelitian Skala <i>Burnout</i> | 129 |
| Sebaran Data Hasil Penelitian Skala <i>Work-Life Balance</i> | 133 |
| A1 : Uji Normalitas Variabel Penelitian | 136 |
| A2 : Uji Linearitas Variabel Penelitian | 140 |
| A3 : Uji Multikolinearitas | 143 |
| A4 : Uji Regresi Dua Prediktor | 144 |
| A5 : Uji Korelasi Product Moment Pearson | 149 |
| A6 : Uji Korelasi Spearman's Rho | 150 |
| A7 : Uji Homogenitas dan Uji Beda | 151 |
| A8 : Uji Hubungan antar Dimensi <i>Work-Life Balance</i> dengan <i>Burnout</i> . | 153 |
| A9 : Hasil Analisa Deskriptif | 154 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi adalah institusi pendidikan yang memberikan layanan pembelajaran bagi masyarakat untuk penguasaan ilmu tingkat tinggi (Amir, 2016). Hal ini sejalan dengan Undang-Undang nomor 12 tahun 2012 yang menyatakan bahwa perguruan tinggi adalah satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi sehingga mampu mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi serta menghasilkan intelektual untuk meningkatkan daya saing bangsa.

Perguruan tinggi sebagai suatu organisasi yang di dalamnya terdapat berbagai macam sumber daya tidak boleh dibiarkan berjalan tanpa pengelolaan yang terarah (Amir, 2016). Tata kelola administratif suatu perguruan tinggi berfungsi dalam menjalankan pemeliharaan dan pengawasan institusi, sehingga seperti layaknya sebuah manajemen yang fokus pada perencanaan, pengaturan, dan mengontrol kerja institusi maka perguruan tinggi juga membuat suatu tujuan, koordinasi, pengarahan, dan evaluasi dari performanya (Rouse, 2016).

Sumber daya manusia merupakan elemen paling penting dalam setiap institusi pendidikan karena akan menentukan mati atau majunya sebuah institusi pendidikan (Nurdin & Ismaya, 2018). Perguruan tinggi sendiri perlu untuk diberdayakan sesuai dengan arah yang benar karena sebuah