

**PENGARUH *MINDFULNESS* DALAM MEMODERASI
JOB DEMAND & ROLE STRESS TERHADAP *BURNOUT*
PADA AUDITOR EKSTERNAL**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Ambar Tyasella Pangestu

NIM. 111811133127

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

**PENGARUH *MINDFULNESS* DALAM MEMODERASI
JOB DEMAND & ROLE STRESS TERHADAP *BURNOUT*
PADA AUDITOR EKSTERNAL**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh:

Ambar Tyasella Pangestu

NIM. 111811133127

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2022



LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sejujur-jujurnya bahwa Skripsi yang saya susun dan selesaikan ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Segala bentuk informasi yang saya dapatkan melalui karya tulis orang lain telah saya cantumkan sumbernya secara jelas.

Apabila suatu hari nanti terdapat plagiasi dalam Skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi dan konsekuensi yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Jakarta, 13 Juni 2022



Ambar Tyasella Pangestu

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *MINDFULNESS* DALAM MEMODERASI *JOB DEMAND & ROLE STRESS* TERHADAP *BURNOUT* PADA AUDITOR EKSTERNAL

Surabaya, 13 Juni 2022

Skripsi ini telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



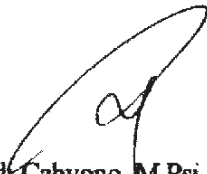
Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog

(NIP: 196703131991032002)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan dewan penguji pada hari Jum'at,
tanggal 8 Juli 2022 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua,



Rudr Cahyono, M.Psi., Psikolog

NIP. 198109102008121002

Sekretaris



Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog

NIP. 196703131991032002

Anggota



Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog

NIP. 199202172018083201

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya penelitian ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri, orang tua, instansi terkait, dan masyarakat pada umumnya. Semoga kebermanfaatannya selalu mengalir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Di antara banyaknya peristiwa tak terduga yang terjadi selama proses pengerjaan skripsi ini, Ia memberikan berkat dan kekuatan untuk menyelesaikan tepat waktu. Terimakasih kepada diri sendiri yang sudah berusaha semaksimal mungkin untuk tidak menyalahgunakan berkat tersebut. Terima kasih yang sebesar-besarnya juga penulis hantarkan kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah sangat membantu dan membimbing penulis selama pengerjaan dari awal hingga akhir. Skripsi ini dapat selesai karena pesan beliau.
3. Seluruh dosen, staff pengajar, serta karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang senantiasa membantu penulis dalam perkuliahan maupun administrasi perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu, Mas, serta Adik yang senantiasa mendoakan dan berjuang bersama-sama supaya penulis dapat menempuh pendidikan tinggi yang baik dan menyelesaikannya.
5. Sahabat penulis, Jariah Remy Revindy yang selalu hadir di setiap curahan yang ada.
6. Muchlisah Audina Sudirman, Adrifa Dhiyaa Rizkiyanti, Iffah Nurul Izzah, dan Shalsa Tisna. Terimakasih atas 4 tahunnya.

7. Alm. Muhammad Zeid Masyhur (Kamal) bin Zeid Masyhur yang senantiasa menyemangati penulis di empat bulan yang singkat ini.
8. Rekan-rekan auditor yang bersedia menyebarkan dan mengisi kuesioner penelitian.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat dituliskan satu per satu mengingat jumlah yang cukup banyak, tetapi berperan penting terhadap seluruh rangkaian penelitian ini.

Terimakasih atas segala perhatian dan bantuannya. Semoga kita semua selalu diberkahi dan dimudahkan dalam menyiram kebermanfaatan bagi sesama.

Jakarta, 13 Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Batasan Masalah.....	10
1.4. Rumusan Masalah	11
1.5. Tujuan Penelitian.....	11
1.6. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1. Auditor Eksternal.....	13
2.1.1. Definisi Auditor Eksternal.....	13
2.1.2. Gambaran Pekerjaan Auditor Eksternal	14
2.2.1. Definisi <i>Burnout</i>	17
2.2.2. Aspek-aspek <i>Job Burnout</i>	17
2.2.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Job Burnout</i>	18
2.3. <i>Role Stress</i>	20
2.3.1. Definisi <i>Role Stress</i>	20
2.3.2. Aspek-Aspek <i>Role Stress</i>	21
2.4. <i>Job Demand</i>	23
2.4.1. Definisi <i>Job Demand</i>	23

2.4.2. Aspek-aspek <i>Job Demand</i>	24
2.5. <i>Mindfulness</i>	26
2.5.1. Definisi <i>Mindfulness</i>	26
2.4.2. Komponen dalam <i>Mindfulness</i>	28
2.4.3. <i>Mindfulness</i> dalam Ruang Kerja.....	30
2.6. Hubungan antara <i>Mindfulness</i> , <i>Role Stress</i> , <i>Job Demand</i> , dan <i>Burnout</i>	30
2.7. Kerangka Konseptual	36
2.8. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
3.1. Tipe Penelitian.....	37
3.2. Desain Penelitian	37
3.3. Identifikasi Variabel Penelitian	38
3.4. Definisi Operasional	39
3.4.1. Definisi Operasional Variabel X1 (<i>Role Stress</i>).....	39
3.4.2. Definisi Operasional Variabel X2 (<i>Job Demand</i>).....	40
3.4.3. Definisi Operasional Variabel Y (<i>Job Burnout</i>)	41
3.4.4. Definisi Operasional Variabel Z (<i>Mindfulness</i>)	42
3.5. Subjek Penelitian	43
3.5.1 Populasi.....	43
3.5.2 Sampel	44
3.6. Teknik Pengumpulan Data	44
3.7. Instrumen Penelitian	46
3.7.1. Instrumen Penelitian Five-Facet <i>Mindfulness</i> Questionnaire (FFMQ).....	46
3.7.2. Instrumen Penelitian Maslach's <i>Burnout Inventory</i> (MBI)	47
3.7.2. Instrumen Penelitian <i>Role Stress</i>	48
3.7.2. Instrumen Penelitian <i>Job Demand</i>	49
3.8. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	49
3.8.1. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Maslach's <i>Job Burnout Inventory</i>	49
3.8.2. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Five Facet <i>Mindfulness</i> Questionnaire	50

3.8.3. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Role Stress.....	52
3.8.3. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Job Demand</i>	52
3.9. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
4.1. Gambaran Subjek Penelitian	55
4.2. Pelaksanaan Penelitian	60
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	60
4.2.2. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	61
4.2.3. Pengumpulan Data Penelitian.....	63
4.2.4. Hambatan Penelitian	63
4.3. Hasil Penelitian.....	64
4.3.1. Hasil Analisis Statistik Deskriptif.....	64
4.3.2. Kategorisasi Subjek	67
4.3.3. Hasil Uji Asumsi.....	69
4.4. Pembahasan	84
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	92
5.1. Simpulan.....	92
5.2. Saran	92
5.2.1. Saran untuk Pengembangan Penelitian.....	92
5.2.2. Saran untuk KAP terkait	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN	104

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> Pengembang Alat Ukur	104
Lampiran 2. Hasil <i>Expert's Review</i>	105
Lampiran 3. Bentuk Kuesioner.....	106
Lampiran 4. Tabel Responden Uji Reliabilitas FFMQ-15	113
Lampiran 5. Hasil Responden	116

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.2 Scatterplot Role Stress terhadap Burnout.....	67
Gambar 4.3 Scatterplot Job Demand terhadap Burnout.....	68
Gambar 4.4 Scatterplot Mindfulness terhadap Burnout.....	68
Gambar 5.4 Grafik Simple Slope Estimate Mindfulness dalam memoderasi Role Stress dan Burnout	72
Gambar 4.6 Grafik Simple Slope Estimate Mindfulness dalam memoderasi Job Demand dan Burnout	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Instrumen FFMQ-15	39
Tabel 3. 2 Blueprint Instrumen Maslach Burnout Inventory	41
Tabel 3. 3 Blueprint Instrumen Role Stress	41
Tabel 3. 4 Blueprint Instrumen Job Demand	42
Tabel 3.1 Reliabilitas Skala FFMQ-15	44
Tabel 4. 1 Profil Responden berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 2 Profil Responden berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
Tabel 4. 3 Profil Responden berdasarkan Masa Kerja	49
Tabel 4. 4 Profil Responden berdasarkan Jabatan	49
Tabel 4. 5 Profil Responden berdasarkan Jam Kerja	49
Tabel 4.2 Prevalensi Role Stress, Job Demand, Mindfulness, dan Burnout.....	52
Tabel 4.3 Kategorisasi Subjek.....	61
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 4.15 Model 1: Korelasi Job Demand dan Burnout.....	74
Tabel 4.16 Model 2: Korelasi Job Demand dan Burnout dengan penambahan variabel Mindfulness sebagai prediktor	75
Tabel 4.17 Model 3: Pengaruh Interaksi Role Stress dan Mindfulness terhadap Burnout.....	76
Tabel 4.18 Komparasi Model.....	76

ABSTRAK

Ambar Tyasella Pangestu, 111811133127, Pengaruh *Mindfulness* dalam Memoderasi *Job Demand & Role Stress* Terhadap *Burnout* Pada Auditor Eksternal, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2022. x + 95 halaman, 5 lampiran

Penelitian dilakukan untuk melihat bagaimana pengaruh dari *mindfulness* dalam memoderasi *role stress* dan *job demand* terhadap *burnout* pada auditor eksternal yang bekerja di Kantor Akuntan Publik yang beroperasi di DKI Jakarta. *Role stress* merupakan stress yang dirasakan seseorang ketika memiliki peran yang tidak jelas di tempat kerjanya, memiliki beban kerja yang cenderung berat, dan tidak memahami apa yang dikerjakannya. *Job demand* mengacu pada aspek fisik, psikologis, sosial, atau organisasi dari pekerjaan yang memerlukan upaya atau keterampilan fisik dan/atau psikologis (kognitif dan emosional) yang berkelanjutan, seperti tekanan kerja yang tinggi, lingkungan fisik yang tidak mendukung, dan interaksi yang menuntut secara emosional. Kedua hal ini merupakan prediktor dari *burnout*, yaitu wujud dari psychological distress berupa tanggapan negatif yang berbentuk kelelahan emosional, penurunan prestasi pribadi, dan depersonalisasi yang diakibatkan oleh tekanan atau tuntutan kerja. Literatur sebelumnya menunjukkan bahwa *mindfulness* dapat meminimalisir *burnout*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *mindfulness* sebagai variabel moderator yang melemahkan hubungan antara *role stress* dan *job burnout* pada auditor eksternal di Indonesia.

Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui pengambilan data survei pada auditor eksternal yang bekerja di Kantor Akuntan Publik yang beroperasi di DKI Jakarta, dengan jumlah responden yaitu 95 orang. Survei dilakukan melalui kuesioner yang disebar secara daring. Adapun analisis terhadap data dilakukan dengan menggunakan Jamovi versi 2.3.9. serta menggunakan teknik analisis regresi linear dan *moderated regression analysis*.

Dari hasil analisis data, pada penelitian ini didapatkan bahwa *role stress* berhubungan positif dengan *burnout* ($R^2 = 0.519$); *job demand* berhubungan positif dengan *burnout* ($R^2 = 0.323$), *mindfulness* sebagai prediktor berpengaruh negatif terhadap *burnout*, tetapi tidak mampu memoderasi atau memperlemah hubungan antara *role stress* dan *job demand* terhadap *burnout* secara signifikan ($p > 0.05$).

Kata kunci: *Mindfulness*, *burnout*, *role stress*, *job demand*, auditor.
Daftar Pustaka, 56 (1967-2020).