

SKRIPSI

**ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA
DENGAN *BURNOUT***

**(Studi Pada Pekerja Unit *Aviation Security* di PT. Angkasa Pura I Bandara
Internasional Yogyakarta)**



**Oleh:
ARIFAH SARROL WARI**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

SKRIPSI

**ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA
DENGAN *BURNOUT***

**(Studi Pada Pekerja Unit Aviation Security di PT. Angkasa Pura I Bandara
Internasional Yogyakarta)**



Oleh:

**ARIFAH SARROL WARI
NIM. 101811133164**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
Pada tanggal 27 Juli 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji:

- a) Riris Diana Rachmayanti, S.KM., M.Kes.
- b) Dr. Noeroel Widajati, S.KM., M.Sc
- c) Erianto Fanani, S.Ked., dr., M.KKK.

SKRIPSI

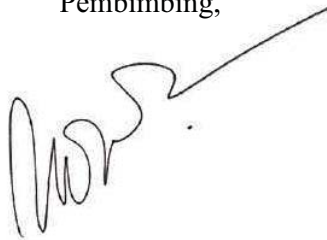
Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh:

ARIFAH SARROL WARI
NIM. 101811133164

Surabaya, 08 Agustus 2022

Menyetujui
Pembimbing,



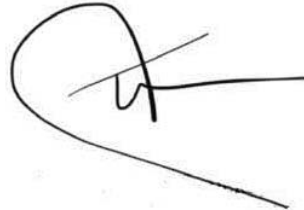
Dr. Noeroel Widajati, S. KM., M.Sc
NIP. 197208122005012001

Koordinator Program Studi,



Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes
NIP. 197311151999032002

Ketua Departemen,



Dr. Abdul Rohim Tualeka, drs., M.Kes
NIP. 196611241998031002

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Arifah Sarrol Wari
NIM : 101811133164
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi yang berjudul:

ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA DENGAN *BURNOUT* (STUDI PADA PEKERJA UNIT *AVIATION SECURITY* DI PT. ANGKASA PURA I BANDARA INTERNASIONAL YOGYAKARTA).

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 08 Agustus 2022



Arifah Sarrol Wari
NIM. 101811133164

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya Skripsi dengan judul “ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA DENGAN *BURNOUT* (Studi Pada Pekerja Unit Aviation Security di PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta)” sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang hubungan antara beban kerja mental dan stres kerja dengan *burnout* yang terjadi pada Pekerja Unit *Aviation Security* di PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta. Sistem operasi bandara yang berlangsung selama 24 jam menuntut petugas keamanan yaitu unit *aviation security* untuk bekerja selama 24 jam dengan sistem kerja bergilir. Pekerja unit *aviation security* cenderung memiliki beban kerja mental yang tinggi, hal ini didasari oleh banyaknya jumlah penumpang yang diperiksa. Padatnya jam kerja dan kurangnya istirahat pada AVSEC juga dapat menimbulkan stres kerja. Adanya beban kerja mental yang berlebihan dan stres dapat menyebabkan *burnout*.

Pada kesempatan ini disampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Dr. Noeroel Widajati, S.KM., MSc., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi, serta saran hingga terwujudnya skripsi ini.

Terimakasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
2. Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes, selaku Ketua Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat.
3. Dr. Muji Sulistyowati, SKM., M.Kes, selaku koordinator Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
4. Seluruh dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah mengajar serta memberikan ilmu dan pengetahuan selama masa perkuliahan.
5. Pekerja Unit *aviation security* di PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta yang telah membantu dan mengarahkan selama pengambilan data
6. Kedua orang tua saya yang telah membesarkan penulis dengan limpahan kasih sayang beserta doa dan dukungan baik berupa materil dan moril sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan kuliah dengan sebaik-baiknya;
7. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan bantuan dan menghibur penulis saat sedang kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini dapat berguna, baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 08 Agustus 2022

ABSTRACT

The results of the Glint (2020) survey, which was conducted more than 700,000 employees worldwide, coming from various industries. Burnout is caused by various factors. The purpose of this study was to analyze the relationship between mental workload and work stress with burnout in aviation security unit workers at PT. Angkasa Pura I – Yogyakarta International Airport.

This study is an observational study by a cross-sectional design. The population in this study were workers in the Aviation Security unit at PT. Angkasa Pura I Yogyakarta International Airport as much as 251 people. The sample size in this study was 72 workers who were taken by simple random sampling with the Slovin formula. The independent variables in this study were gender, age, educational status, marital status, mental workload, and work stress. The dependent variable in this study is burnout. Data collection by the Maslach Burnout Inventory (MBI), NASA-TLX, and Health and Safety Executive (HSE) instruments. The data in this study were analyzed by Spearman Correlation test and contingency coefficient test (C).

Most of the aviation security unit workers are male, aged 26-35 years old, married, and have a high school education background. The majority of employees have a heavy mental workload. Most of the workers are at a moderate level of work stress. Burnout is moderate for most workers. Individual characteristics that have a relationship with burnout are age ($p=0.010$), education level ($p=0.013$), and marital status ($p=0.021$). Meanwhile, gender ($p=0.656$) had no relationship with burnout. Mental workload has a moderate relationship with burnout ($p=0.020$) and work stress also has a moderate relationship with burnout ($p=0.006$).

The results of this study concluded that gender has no relationship with burnout in workers. Variables of age, marital status, and educational status have a relationship with burnout. In addition, mental workload and work stress also have a significant relationship with burnout in workers, where when mental workload and work stress are high, burnout will also be high.

Keywords: mental workload, work stress, burnout, aviation security, airport

ABSTRAK

Hasil survei Glint (2020), yang dilakukan pada lebih dari 700.000 karyawan di seluruh dunia, yang berasal dari berbagai industri. *Burnout* disebabkan oleh berbagai faktor. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan beban kerja mental dan stres kerja dengan *burnout* pada pekerja unit *aviation security* PT. Angkasa Pura I – Bandara Internasional Yogyakarta.

Penelitian ini ialah penelitian observasional dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja unit *Aviation Security* di PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta berjumlah 251 orang. Besar sampel pada penelitian ini adalah 72 pekerja yang diambil dengan *simple random sampling* dengan rumus Slovin. Variabel independen dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, usia, status pendidikan, status pernikahan, beban kerja mental, dan stres kerja. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *burnout*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, *NASA-TLX*, dan *Health and Safety Executive (HSE)*. Data akan dianalisis dengan uji Korelasi *Spearman* dan uji koefisien kontingensi (C).

Sebagian besar pekerja unit *aviation security* berjenis kelamin laki-laki, berusia 26-35 tahun, sudah menikah, dan memiliki latar belakang pendidikan SMA. Mayoritas pekerja memiliki beban kerja mental dengan kategori berat. Sebagian besar pekerja berada pada tingkat stres kerja sedang. *Burnout* tergolong sedang pada sebagian besar pekerja. Karakteristik individu yang memiliki hubungan dengan *burnout* adalah usia ($p=0,010$), tingkat pendidikan ($p=0,013$), dan status perkawinan ($p=0,021$). Sedangkan jenis kelamin ($p=0,656$) tidak memiliki hubungan dengan *burnout*. Beban kerja mental memiliki hubungan yang cukup dengan *burnout* ($p=0,020$) dan stres kerja juga memiliki hubungan yang cukup dengan *burnout* ($p=0,006$).

Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa jenis kelamin tidak memiliki hubungan dengan *burnout* pada pekerja. Variabel usia, status pernikahan, dan status pendidikan memiliki hubungan dengan *burnout*. Selain itu, beban kerja mental dan stres kerja juga memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan *burnout* pada pekerja, dimana saat beban kerja mental dan stres kerja tinggi, maka *burnout* juga akan tinggi

Kata kunci: beban kerja mental, stres kerja, *burnout*, *aviation security*, bandara

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan dan Perumusan Masalah.....	7
1.3.1 Batasan Masalah	7
1.3.2 Perumusan Masalah	8
1.4 Tujuan.....	8
1.4.1 Tujuan Umum	8
1.4.2 Tujuan Khusus	8
1.5 Manfaat.....	9
1.5.1 Bagi Peneliti.....	9
1.5.2 Bagi Instansi Pendidikan.....	10
1.5.3 Bagi Perusahaan.....	10
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 11
2.1 <i>Burnout</i>	11
2.1.1 Definisi <i>Burnout</i>	11
2.1.2 Dimensi <i>Burnout</i>	12
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	14
2.1.4 Alat Ukur <i>Burnout</i>	18
2.2 Faktor Demografi	19
2.2.1 Usia	19
2.2.2 Jenis Kelamin.....	20
2.2.3 Status Pernikahan.....	20
2.2.4 Status Pendidikan.....	21
2.3 Beban Kerja Mental.....	21
2.3.1 Definisi Beban Kerja Mental	21
2.3.2 Alat Ukur Beban Kerja Mental	23
2.4 Stres Kerja	25
2.4.1 Definisi Stres Kerja.....	25

2.4.2 Dampak Stres Kerja	26
2.4.3 Alat Ukur Stres Kerja.....	26
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	28
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	28
3.2 Hipotesis Penelitian	30
BAB IV METODE PENELITIAN	31
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	31
4.2 Populasi Penelitian	31
4.3 Sampel	32
4.3.1 Besar Sampel.....	32
4.3.2 Cara Pengambilan Sampel	32
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala..	33
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	36
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data.....	36
4.6.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	37
4.7 Teknik Analisis Data	39
BAB V HASIL PENELITIAN	41
5.1 Gambaran Umum PT. Angkasa Pura I.....	41
5.1.1 Visi dan Misi.....	41
5.1.2 <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta	42
5.2 Gambaran Karakteristik Individu	43
5.3 Gambaran Beban Kerja Mental	44
5.4 Gambaran Stres Kerja.....	45
5.5 Gambaran <i>Burnout</i>	46
5.6 Gambaran Karakteristik Individu dengan <i>Burnout</i>	47
5.6.1 Usia dengan <i>Burnout</i>	47
5.6.2 Jenis Kelamin dengan <i>Burnout</i>	47
5.6.3 Status Pernikahan dengan <i>Burnout</i>	48
5.6.4 Status Pendidikan dengan <i>Burnout</i>	49
5.7 Gambaran Beban Kerja Mental dengan <i>Burnout</i>	49
5.8 Gambaran Stres Kerja dengan <i>Burnout</i>	50
BAB VI PEMBAHASAN	51
6.1 Karakteristik Individu Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	51
6.2 Beban Kerja Mental Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	52
6.3 Stres Kerja Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	54
6.4 <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	55
6.5 Hubungan Karakteristik Individu dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	57

6.5.1 Hubungan Usia dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	57
6.5.2 Hubungan Jenis Kelamin dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	58
6.5.3 Hubungan Status Pernikahan dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	59
6.5.4 Hubungan Tingkat Pendidikan dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	60
6.6 Hubungan Beban Kerja Mental dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	62
6.7 Hubungan Stres Kerja dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i>	65
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	68
7.1 Kesimpulan	68
7.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Kategori <i>Burnout</i>	19
2.2	Subskala NASA-TLX.....	23
2.3	Kategori Beban Kerja Mental.....	25
2.4	Kategori Stres Kerja	27
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala....	33
5.1	Distribusi Karakteristik Individu Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	43
5.2	Distribusi Beban Kerja Mental Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	45
5.3	Distribusi Stres Kerja Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta	45
5.4	Distribusi <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	46
5.5	Tabulasi Silang Usia Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	47
5.6	Tabulasi Silang Jenis Kelamin Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	47
5.7	Tabulasi Silang Status Pernikahan Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	48
5.8	Tabulasi Silang Status Pendidikan Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	49
5.9	Tabulasi Silang Beban Kerja Mental Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	49
5.10	Tabulasi Silang Stres Kerja Dengan <i>Burnout</i> Pada Pekerja Unit <i>Aviation Security</i> PT. Angkasa Pura I Bandara Internasional Yogyakarta.....	50

DAFTAR GAMBAR

<u>Nomor</u>	<u>Judul Gambar</u>	<u>Halaman</u>
3.1	Kerangka Konseptual	28

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Sertifikat Etik	75
2.	Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian	76
3.	<i>Informed Consent</i>	77
4.	Lembar Kuesioner Karakteristik Individu	78
5.	Kuesioner <i>Burnout</i> (Maslach <i>Burnout Inventory</i> - MBI).....	79
6.	Kuesioner Stres Kerja (<i>Health and Safety Executive</i>).....	81
7.	Kuesioner Beban Kerja Mental (NASA-TLX)	83
8.	Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen <i>Burnout</i>	85
9.	Hasil Uji Variabel	86

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

%	: persen
>	: lebih besar
<	: lebih kecil
&	: dan
-	: sampai
/	: atau
α	: Alpha
()	: Buka tutup kurung
,	: Koma
.	: Titik

Daftar Singkatan

AVSEC	: <i>Aviation Security</i>
HSE	: <i>Health and Safety Executive</i>
MBI	: <i>Maslach Burnout Inventory</i>
NASA TLX	: <i>Nasa Task Load Index</i>
PT	: Perseroan Terbatas
NSC	: <i>National Safety Council</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
MD	: <i>Mental Demand</i>
PD	: <i>Physical Demand</i>
TD	: <i>Temporal Demand</i>
OP	: <i>Performance</i>
EF	: <i>Effort</i>
FR	: <i>Frustration</i>
APS	: <i>Angkasa Pura Support</i>

Daftar Istilah

dkk	: dan kawan-kawan
et al.	: <i>and others</i>