

**GAMBARAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN *FULL TIME*
YANG MENGALAMI BEBAN KERJA TINGGI**

**(STUDI KASUS: PADA KARYAWAN BURGER KING
MALIOBORO YOGYAKARTA)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh :

Kevin Dwi Septiyan

202303064

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**GAMBARAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN *FULL TIME* YANG
MENGALAMI BEBAN KERJA TINGGI
(STUDI KASUS: PADA KARYAWAN BURGER KING MALIOBORO
YOGYAKARTA)**

Diajukan oleh:

Kevin Dwi Septivan
212303024

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

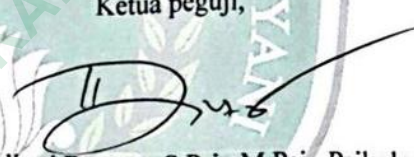
Tanggal: 7 Agustus 2025

Pembimbing,


Mengesahkan

Ketua peguji,


Egi Prawita, S.Psi., MA
NIDN. 0508119201


Dian Juliarti Bantam, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN. 0523079201

Anggota Penguji,


Egi Prawita, S.Psi., MA
NIDN. 0508119201

Pjs. Ketua Program Studi Psikologi,


Arin Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPP. 2018.13.0132



HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Kevin Dwi Septiyan

NPM : 212303064

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Gambaran *Burnout* Pada Karyawan *Full Time* yang Mengalami Beban Kerja Tinggi (Studi kasus: pada Karyawan Burgerking Malioboro Yogyakarta)".

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 7 Agustus 2025



Kevin Dwi Septiyan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas Berkah dan Rahmat sehingga penulis masih diberikan kesehatan, kesempatan, dan kesabaran terlebih lagi kemauam sehingga dapat melaksanakan penelitian dan menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul ” Gambaran *Burnout* Pada Karyawan *Full Time* yang Mengalami Beban Kerja Tinggi (Studi kasus: pada Karyawan Burgerking Malioboro Yogyakarta)”. Tak lupa pula penulis Panjatkan Salam atas Junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, sebagai suru tauladan untuk menjadi manusia yang cerdas dan berakhlak di dunia ini.

Ada suka maupun duka yang dirasakan oleh peneliti dalam penulisan skripsi. Sehingga dalam menyelesaikan pekerjaan di bawah gelar sarjana ini, peneliti harus menggunakan semua kemampuan yang dimiliki, upaya yang luar biasa, dan juga kesabaran yang tidak ada habisnya.

Selain itu, Penulis juga ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam proses penelitian ini, yaitu:

1. Kedua orang tua dan saudara yang tidak berhenti mensupport saya dalam hal apapun termasuk dalam perkuliahan ini.
2. Ibu Prof. Dr. Rer.nat.apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si., M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Pjs. Ketua Prodi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
5. Ibu Hesty Yuliasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu membimbing dalam proses kegiatan perkuliahan.
6. Bapak Davit Bagus Triyantoro, S.Psi., M.Psi. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar memberikan serta meluangkan waktu dalam proses pengerjaan skripsi ini.

7. Penguji Skripsi yang telah memberikan saran serta masukan kepada peneliti
8. Kepada orang spesial Aulya Octaviani yang telah menemani saya suka maupun duka.
9. Kepada sahabat-sahabat saya yang ada di burgerking yang selalu support saya dalam melakukan kegiatan kuliah dan mengerjakan skripsi ini.
10. Kepada semua pihak yang telah terlibat dalam membantu keberhasilan pembuatan skripsi baik secara langsung maupun tidak langsung.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta referensi yang berguna bagi semua pihak yang berkepentingan, khususnya di bidang keilmuan Psikologi. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan di dalamnya. Penulis hanyalah manusia biasa yang jauh dari kata kesempurnaan karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih, dan penulis sangat menghargai segala bentuk kritik dan saran guna untuk menyempurnakan skripsi ini. Korespondensi dapat ditujukan kepada penulis melalui email kevindwi11409@gmail.com. Semoga ampunan dan cinta Allah senantiasa dilimpahkan kepada kita semua. Aamiin.

Yogyakarta, 25 Maret 2025

Penulis,

Kevin Dwi Septiyan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
RINGKASAN	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Tujuan Penelitian	8
1.3 Manfaat Penelitian	8
1.3.1 Manfaat Teoritis	8
1.3.2 Manfaat Praktis	8
1.4 Keaslian Penelitian	9
1.4.1 Keaslian Topik	13
1.4.2 Keaslian Teori	13
1.4.3 Keaslian Alat Ukur.....	13
1.4.4 Keaslian Subyek Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
2.1 Landasan Teori	15
2.1.1 <i>Burnout</i>	15
a. Pengertian <i>Burnout</i>	15
b. Aspek-Aspek <i>Burnout</i>	16
c. Faktor-Faktor <i>Burnout</i>	19
2.1.2 Beban kerja	22
2.2 Kerangka Konseptual.....	24
2.3 Pertanyaan Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Lokasi Penelitian.....	31
3.3 Partisipan Penelitian	32
3.4 Sumber Data	32

3.4.1 Sumber Data Primer.....	32
3.4.2 Sumber Data Sekunder.....	33
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	33
3.5.1 Wawancara.....	33
3.5.2 Observasi.....	34
3.5.3 Dokumentasi.....	34
3.6 Proses dan Panduan Wawancara.....	35
3.7 Prosedur Analisis Data dan Interpretasi.....	36
3.7.1 Pengumpulan Data.....	36
3.7.2 Reduksi Data.....	37
3.7.3 Penyajian Data.....	37
3.7.4 Penarikan Kesimpulan.....	37
3.8 Penguji Keabsahan.....	38
3.8.1 Triangulasi Sumber.....	38
3.8.2 Triangulasi Teknik.....	39
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	40
5.1 Hasil Penelitian.....	40
4.1.1 Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.1.2 Pengambilan data penelitian.....	40
4.1.3 Pengujian keabsahan data.....	44
5.2 Pembahasan.....	93
4.2.1 Gambaran <i>Burnout</i> pada karyawan <i>full time</i> yang mengalami beban kerja tinggi.....	93
4.2.2 Keterbatasan Dan Hambatan Penelitian.....	102
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	103
5.1 Kesimpulan.....	103
5.2 Saran.....	103
5.2.1 Bagi Partisipan Penelitian.....	103
5.2.2 Bagi Store BurgerKing Malioboro Yogyakarta.....	104
5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	104
DAFTAR PUSTAKA.....	105
LAMPIRAN.....	109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	29
------------------------------------	----

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara dan Observasi.....	110
Lampiran 2 Absensi Karyawan.....	114
Lampiran 3 Data Sales BurgerKing	116
Lampiran 4 Hasil Verbatim.....	118
Lampiran 5 Dokumentasi Wawancara	167
Lampiran 6 Informed Consent	171
Lampiran 7 Tabel Hasil Observasi Wawancara.....	179
Lampiran 8 <i>Jobdesk</i> dan Tambahan Pekerjaan	190
Lampiran 9 Jadwal Penelitian	193
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	195
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Skripsi.....	197
Lampiran 12 Hasil Cek Plagiarisme	199

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA