

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

RINGKASAN

Kevin Dwi Septiyan¹, Egi Prawita²

Latar Belakang: Burgerking Malioboro adalah store dengan penjualan terbanyak dibandingkan dengan store lainya yang ada di Yogyakarta. beban kerja tinggi pada karyawan dapat mempengaruhi seseorang mengalami *Burnout*. Seiring dengan adanya indikasi bahwa banyak karyawan di Burger King Malioboro mengalami stres akibat tingginya jumlah pengunjung, hal ini menjadi perhatian khusus. Mengingat lokasi Burger King Malioboro yang terletak di daerah wisata dan budaya yang mengutamakan disiplin kerja

Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran beban kerja tinggi pada karyawan *full time* yang mengalami *burnout* di burgerking Malioboro Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan metode pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah karyawan *Full time* burgerking Malioboro Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan teori *burnout* dari Baron & Greenberg, J, (1990).

Hasil penelitian: Pada aspek Kelelahan fisik karyawan *full time* mengalami kelelahan fisik menyebabkan *Burnout* yang berdampak pada kesehatan, aspek Kelelahan emosional karyawan *full time* mengalami berkurangnya motivasi dan semangat yang berdampak pada semangat kerja menurun dan menyebabkan penundaan dalam pekerjaan, aspek Kelelahan sikap atau mental, karyawan *full time* mengalami gangguan dalam mengambil keputusan dan fokus dalam bekerja, aspek Penghargaan diri rendah karyawan *full time* merasa gagal jika tanggung jawab yang diberikan gagal dikerjakan dan diperburuk dengan perbandingan rekan kerjanya yang dianggap individu lebih mampu dalam bekerja.

Kesimpulan: beban kerja yang berat dan tekanan untuk mencapai hasil yang tinggi berkontribusi besar terhadap munculnya kondisi *burnout* di antara karyawan, yang berdampak buruk pada kinerja serta kesejahteraan mereka dalam bersosialisasi di lingkungan sekitar. hal ini sebagian besar disebabkan oleh tambahan pekerjaan yang diluar *jobdesk* karyawan *full time* dan sales tinggi dari store sendiri yang tinggi memicu beban kerja tinggi.

Kata Kunci: *Burnout*, *Full Time*, *Part time*, Karyawan

¹ Mahasiswa Program Studi (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi (S1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**A PORTRAIT OF BURNOUT IN FULL-TIME EMPLOYEES
EXPERIENCING HIGH WORKLOAD
(CASE STUDY: EMPLOYEES AT BURGER KING MALIOBORO
YOGYAKARTA)**

ABSTRACT

Kevin Dwi Septiyan¹, Egi Prawita²

Background: *Burger King Malioboro is the store with the highest sales compared to other stores in Yogyakarta. High workloads on employees can lead to burnout. Given that many employees at Burger King Malioboro experience stress due to the high number of customers, this is a particular concern. Given that Burger King Malioboro is located in a tourist and cultural area that prioritizes work discipline, this issue is particularly concerning.*

Research Objective: *This study aims to determine the impact of high workloads on full-time employees experiencing burnout at Burger King Malioboro Yogyakarta.*

Research Method: *This study used a qualitative method with a case study approach, collecting data through interviews, observation, and documentation. The subjects were full-time employees at Burger King Malioboro Yogyakarta. This study utilized the burnout theory of Baron & Greenberg, J (1990).*

Research results: *In terms of physical fatigue, full-time employees experience physical fatigue, which can lead to burnout, which can impact their health. In terms of emotional fatigue, full-time employees experience reduced motivation and enthusiasm, which can impact work enthusiasm and lead to delays in work. In terms of attitudinal or mental fatigue, full-time employees experience difficulties in making decisions and focusing on work. In terms of low self-esteem, full-time employees feel like failures if they fail to complete assigned responsibilities, which is exacerbated by comparisons with colleagues who are perceived as more capable individuals.*

Conclusion: *Heavy workloads and pressure to achieve high results contribute significantly to the emergence of burnout among employees, which negatively impacts their performance and well-being in socializing with their surrounding environment. This is largely due to additional work outside the job description of full-time employees and high sales from the store itself, which triggers a high workload.*

Keywords: *Burnout, Full-time, Part-time, Employee*

¹ Student of Psychology Program (S1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Lecture of Psychology Study Program (S1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta