

**PENGARUH *BURNOUT* DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN
PT. X**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS
TEKNOLOGI
SURABAYA**

Diajukan Oleh :

Afif Suhardi
NIM. A.20.01.004

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS TEKNOLOGI SURABAYA
SURABAYA
2025**

**PENGARUH *BURNOUT* DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN
PT. X**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS
TEKNOLOGI
SURABAYA**

Diajukan Oleh :

Afif Suhardi
NIM. A.20.01.004

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS TEKNOLOGI SURABAYA
SURABAYA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN

PENGARUH *BURNOUT* DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN
PT. X

Afif Suhardi
NIM : A.20.01.004

Telah dipertahankan dihadapan dan diterima
Oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas
Teknologi Surabaya Pada Tanggal. 04 Agustus 2025

Pembimbing :
Pembimbing 1

Tim Penguji :
Ketua

Novie Noordiana Rachma Yulia, SE., MM.
NIDN: 0703117503
Pembimbing 2

Dra. Wahyu Rachana, MM., MBA.
NIDN. 0704036502
Anggota

Dra. Wahyu Rachana, MM., MBA.
NIDN. 0704036502

Shindu Hargo Dedali, SE., MM.
NIDN. 0709078904
Anggota

Suryati Eko Putro, SE., MM.
NIDN. 0720086903
Anggota

Novie Noordiana Rachma Yulia, SE., MM.
NIDN: 0703117503

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis UTS Surabaya

Novie Noordiana Rachma Yulia, SE., MM.
NIDN: 0703117503

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Afif Suhardi
NIM : A.20.01.004
Tempat / Tgl. Lahir : Gresik, 09 Agustus 1991
Alamat : Dsn. Ngipik RT/RW. 002/003 Ds. Windu Kec.
Karangbinangun Kab.Lamongan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh *BURNOUT* Dan *Worklife Balance* Terhadap Produktifitas Kerja Karyawan PT. X**” benar karya asli saya, kecuali kutipan – kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila terdapat kesalahan dan kekeliruan di dalamnya, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Surabaya,

Yang membuat pernyataan,

Afif Suhardi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan HidayahNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Pengaruh *Burnout* Dan *Work Life Balance* Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. X**” dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M.) pada Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis UTS Surabaya. Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Ibu Novie Noordiana Rachma Yulia, SE., MM., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis UTS Surabaya sekaligus pembimbing 1 Skripsi yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada Kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis UTS Surabaya.
2. Ibu Dra. Wahyu Rachana, MM., MBA. Selaku Dosen penguji II di Universitas Teknologi Surabaya, yang telah memberikan semangat dan dorongan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.
3. Bapak/Ibu dosen di Universitas Teknologi Surabaya yang telah memberikan sumbangsih saran dan masukan atas proses penyusunan skripsi ini.
4. Orang tuaku yang telah memberikan doa, semangat, dan dorongannya atas perjalanan kuliah saya dari awal hingga akhir sampai bisa terselesaikan skripsi ini.
5. Rekan-rekan seperjuangan di Universitas yang turut serta memberikan semangat dan kerjasama yang baik selama perkuliahan sampai proses skripsi.

Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Kami sadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna, tetapi kami berharap skripsi ini bermanfaat pembaca dan bagi pendidikan.

Gresik, 04 Agustus 2025

Afif Suhardi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR LAMBANG	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan teori	8
B. Kajian Terdahulu.....	24
C. Kerangka Konseptual	29
D. Hipotesis	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	31
B. Devinisi Operasional Variabel	32
C. Indikator Variabel Penelitian	33
D. Subjek dan Objek Penelitian	35
E. Sumber Data.....	35
F. Metode Pengumpulan Data	36
G. Metode Analisis Data	40
BAB IV PEMBAHASAN	52
A. Profil Perusahaan	52
B. Hasil Penelitian	53

C.	Pembahasan Hasil Penelitian	68
BAB V PENUTUP		71
A.	Kesimpulan	71
B.	Saran	72
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Tingkat Kehadiran Karyawan	4
Tabel 2.1	Kajian Terdahulu	
Tabel 3.1	Indikator Variabel Penelitian	
Tabel 3.1	Penentuan Skor dan Alternatif Jawaban	
Tabel 3.2	Skala Likert	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Gambar 3.1 Kurva Distribusi Uji t

Gambar 3.2 Kurva Distribusi Uji F

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Lembar Kuesioner Penelitian

Lampiran Tabulasi Data Penelitian

Lampiran Hasil Olah Data SPSS

Lampiran Tabel r

Lampiran Tabel F

Lampiran Tabel t

Lampiran Tabel Durbin Watson (DW)

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Setya Rahardjo, D. (2022). Sumber Daya Manusia. *Bandung: CV Mandar Maju*, 229–282.
- Anggoro, N. F. S. (2018). *Pengaruh Work Life Balance Dan Total Quality Managemen (Tqm) Terhadap Kinerja Karyawan Wanita Pada Konveksi Munna Collection*. (2008), 1–23.
- Aiman U, Abdullah K, Jannah M, Hasda S, Fadilla Z, Masita, et al. Metodologi Penelitian Kuantitatif. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. 2022. 115 p.
- Arianty, & Bahagia. (2020). Pengaruh Self Efficacy Dan Job Burnout Pada Produktivitas Kerja Karyawan Pt. Nasmoco Bahana Motor (Nasmoco Bantul). *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(7), 4685–4696.
- Aulianti, A. Z. (2023). Hubungan Work Engagement dengan Burnout terhadap Produktivitas Kerja Karyawan di Perusahaan. *GLOBAL: Jurnal Lentera BITEP*, 1(02), 66–75. <https://doi.org/10.59422/global.v1i02.146>
- Aura, D. R., & Sitorus, M. (2025). *Dampak Burnout Terhadap Produktivitas Dan Kesehatan Mental*. (March).
- Bisara, N. L. B. N. L. (2023). *Pengaruh Work Life Balance Dan Burnout Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada Pt Bank Sulselbar Cabang Topoyo Mamuju* Retrieved from <https://repository.unsulbar.ac.id/id/eprint/816/>
- Caniago, M. A. I. (2021). Pengaruh Work Life Balance Dan Burnout Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada PT. Bank Sumut Syariah Medan. *Ekonomi Dan Bisnis Islam*. Retrieved from [http://repository.uinsu.ac.id/20395/1/SKRIPSI_MUHAMMAD ALI IMRAN CANIAGO.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/20395/1/SKRIPSI_MUHAMMAD_ALI_IMRAN_CANIAGO.pdf)
- Cilda Thesisa Ilmawan Dzinnur, & Arif Rachman Putra. (2022). Produktivitas Pekerja Konstruksi ditinjau dari Supervisi, Beban Kerja, dan Burnout. *Journal of Trends Economics and Accounting Research*, 3(2), 49–55. <https://doi.org/10.47065/jtear.v3i2.538>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). *Pengaruh Komunikasi dan Budaya Organisasi terhadap produktivitas kerja karyawan pada PT Multi Palma Sejahtera Sekijang Kecamatan Bandar Sei Kijang Kabupaten Pelalawan*. 13–54.

- Fauzi, A., Latief, F., & Bahasoan, S. (2023). Pengaruh kompensasi dan lingkungan kerja terhadap motivasi kerja pegawai pada badan kepegawaian dan pengembangan sumber daya manusia daerah kota makassar. *Jurnal Manuver*, 1(1), 1–14.
- Fendy. (2020). Pengaruh Work Life Balance & Burnout Terhadap Kinerja Kerja Karyawan Pada Pt. Bestari Jaya Permai. *STIE Pembangunan Tanjungpinang*, 1–108.
- Firmansyah D, Dede. Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi. *J Ilm Pendidik Holistik*. 2022;1(2):85–114.
- Hakim, L. (2016). Produktifitas kerja Ditinjau dari Burnout dan Self Efficacy. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 13(2), 23. <https://doi.org/10.18860/psi.v13i2.6437>
- Ihsan Fairuzsyifa A, Sulistyo Nugroho Y. Analisis Regresi Linier Berganda Pengaruh Minat Calon Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta Menggunakan Python. *J Inform Polinema*. 2024;10(2):265–72.
- Karania, T. (2025). Analisis Pengaruh Work life balance, Tingkat Stres Dan Burnout Terhadap Produktivitas (Study Case Mahasiswa Uiversitas Buddhi Dharma). *Prosiding: Ekonomi Dan Bisnis*, 5(1). Retrieved from <https://jurnal.ubd.ac.id/index.php/pros/article/view/3765>
- Kusumastuti A, Khoiron AM, Ali Achmadi T. Metode Penelitian Kuantitatif. 2020. 118 p.
- Martias LD. Statistika Deskriptif Sebagai Kumpulan Informasi. *Fihris J Ilmu Perpust dan Inf*. 2021;16(1):40
- Megawati, S. (2023). Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada PT. Bank Mandiri. *Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada PT. Bank Mandiri*, 12–26.
- Nuryadi, Astuti TD, Utami ES, Budiantara M. Buku Ajar Dasar-dasar Statistik Penelitian. Sibuku Media. 2017. 170 p.
- Noriska NKS. Pengaruh Kepemimpinan, Budaya Organisasi, dan Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Pada PT. Pos Indonesia Cabang Solo. *J Pendidik Tambusai*. 2022;6(2):15612–22.
- Pearce, J. (2024). Pengaruh Work life balance dan lingkungan kerja terhadap kinerja guru di Yayasan Ora Et Labora Simpang Kaban. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 44(October), 8–35.
- Priadana S, Sunarsi D. METODE PENELITIAN KUANTITATIF. 2021. 6 p.

- Rizky, S. V. (2022). Pengaruh Burnout dan Job Insecurity terhadap Turnover Intention di Tengah Pandemi COVID-19 (Studi pada PT Citra Usaha Lamindo). *Skripsi Thesis*, 54.
- Rohim dan Irayanti (2022). (2022). Rohim dan Irayanti (2022). *Komunikasi Dan Motivasi Kerja Diduga Berpengaruh Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. Melindra Eshan Nusantara*, (2022), 12–30.
- Sahir SH. Metodologi Penelitian. KBM INDONESIA; 2022.
- Selvia Devi Safitri, F., & Frianto, A. (2021). Pengaruh Work Life Balance Dan Brunout Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. Indomarco Adi Prima Surabaya. *BIMA : Journal of Business and Innovation Management*, 4(1), 1–13. <https://doi.org/10.33752/bima.v4i1.492>
- Septiani, Y., & Triariani, M. (2022). Pengaruh Burnout Terhadap Produktivitas Mahasiswa Pgsd Universitas Kuningan. *Jurnal Kiprah Pendidikan*, 1(3), 161–167. <https://doi.org/10.33578/kpd.v1i3.46>
- Siadari, E. S., & Aulia Safrin, F. (2024). Pengaruh Lingkungan Kerja dan Job Burnout Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan pada PT. Indojava Agrinusa Medan. *ManBiz: Journal of Management and Business*, 3(2), 331–341. <https://doi.org/10.47467/manbiz.v3i2.6801>
- Silaen, N. R., Nurlaeli, A., Asir, M., Arta, I. P. sugih, Siregar, L. A., Mahriani, E., ... Widiyawati. (2022). *Www.Penerbitwidina.Com*.
- Sugiyono (dalam Siagian, 2021). (2021). Sugiyono (dalam Siagian, 2021: 208). *Pengaruh Antara Gaya Kepemimpinan Terhadap Produktivitas Kerja Pada Pengurus Koperasi Mahasiswa Jawa Tengah*, 1–23.
- Syah SR, Sufardi S, Marlina N. Pengaruh Pengelolaan Modal Kerja terhadap Tingkat Laba pada PT Garuda Indonesia (Persero) Tbk. *AKSIOMA J Sains Ekon dan Edukasi*. 2024;1(2):58–75.
- Tadu, I. A., Nursiani, N. P., Salean, D. Y., & Fanggidae, R. E. (2024). Pengaruh Work-Life Balance Dan Burnout Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Perempuan Pada Bank Ntt Kantor Pusat Kota Kupang. *GLORY Jurnal Ekonomi Dan Ilmu Sosial*, 5(6), 1271–1278. <https://doi.org/10.35508/glory.v5i6.16348>
- Tarigan M, Frintiana Silaban D. Reviu Statistika: Data Dan Skala Pengukuran. *JINTAN J Ilmu Keperawatan*. 2023;3(02):118–26.
- Yusuf Alwy M, Herman, H T, Abraham A, Rukmana H. Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya. *J Educ*. 2024;06(02):13331–44.