

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN *BURNOUT*
TERHADAP KEPUASAN KERJA PADA KARYAWAN
PT. BANGUNINDO TEKNUSA JAYA**

SKRIPSI



Nama : Nabila Fajria

NIM : 43121010016

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI S1 MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA DAN *BURNOUT*
TERHADAP KEPUASAN KERJA PADA KARYAWAN
PT. BANGUNINDO TEKNUSA JAYA**

Skripsi Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Ekonomi Pada Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen
Universitas Mercu Buana
Jakarta



Nama : Nabila Fajria
NIM : 43121010016

PROGRAM STUDI S1 MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

SURAT PERNYATAAN HASIL KARYA SENDIRI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabila Fajria
NIM : 43121010016
Program Studi : S1 Manajemen

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah murni hasil karya sendiri apabila saya mengutip dari hasil orang lain, maka saya mencantumkan sumber sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia dikenai sanksi pembatalan skripsi ini apabila terbukti melakukan tindakan plagiat (penjiplakan).

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 20 Juni 2025



Nabila Fajria

NIM: 43121010016

	BIRO PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS MERCU BUANA	
---	--	---

No.Dokumen	1-1-3.4.11.00	Distribusi			
Tgl. Efektif	25 September 2024				

SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN

Nama : NABILA FAJRIA
NIM : 43121010016
Fakultas / Program Studi : FEB / Manajemen
Jenis : Skripsi
Judul Tugas Akhir : 43121010016
Hasil Pengecekan Turnitin : 30%

Telah dilakukan pengecekan Similarity menggunakan aplikasi **Turnitin** dengan hasil presentase kemiripan sebesar **30%** dan dinyatakan memenuhi syarat untuk mengajukan sidang tugas akhir sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Mercu Buana. Hasil uji Turnitin terlampir.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 29 July 2025
Kepala Biro Perpustakaan



UNIVERSITAS
 MERCU BUANA

Muhammad Arif Budiyanto, M.Hum

Ket: Surat keterangan ini sebagai salah satu syarat untuk pendaftaran sidang Skripsi.

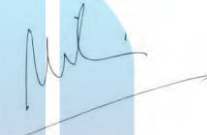
2025/Juli/29/0000000234/Muhammad Arif Budiyanto, M.Hum

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Nabila Fajria
NIM : 43121010016
Program Studi : S1 Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan *Burnout* terhadap Kepuasan Kerja Pada Karyawan PT. Bangunindo Teknusa Jaya
Tanggal Sidang : 24 Juni 2025

Disahkan oleh :

Pembimbing



Dr. Mochamad Rizki Sadikin, BBA., MBA

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Ketua Program Studi S1 Manajemen



Dr. Nurul Hidayah, M.Si., Ak., CA



Dudi Permana, Ph.D

LPTA-07255151



Scan QR or [click here](#) to
Verification

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan *Burnout* terhadap Kepuasan Kerja pada karyawan PT. Bangunindo Teknusa Jaya. Populasi dalam penelitian ini meliputi seluruh karyawan kontrak di PT. Bangunindo Teknusa Jaya. Populasi penelitian ini terdiri dari 88 karyawan kontrak, dengan menggunakan metode penarikan yaitu sampel jenuh. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang memanfaatkan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara serta penyebaran kuesioner kepada karyawan PT. Bangunindo Teknusa Jaya yang telah ditetapkan sebagai sampel. Sementara, data sekunder diperoleh dari studi kepustakaan. Metode analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode *Partial Least Squares* (PLS) menggunakan *software SmartPLS 4.1.0*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja dan *burnout* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kepuasan kerja. Sementara itu, beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja.

Kata Kunci: Stres Kerja, Beban Kerja, *Burnout* dan Kepuasan Kerja



ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of work stress, workload, and Burnout on job satisfaction in employees of PT Bangunindo Teknusa Jaya. The population in this study includes all contract employees at PT Bangunindo Teknusa Jaya. The sample of this study consisted of 88 contract employees, using the withdrawal method, namely saturated samples. This type of research is quantitative which utilizes primary data and secondary data. Primary data is obtained through interviews and distributing questionnaires to employees of PT Bangunindo Teknusa Jaya who have been determined as samples. Meanwhile, secondary data is obtained from literature studies. The data analysis method in this study was carried out using the Partial Least Squares (PLS) method using SmartPLS 4.1.0 software. The results of this study indicate that job stress and burnout have a negative and significant effect on job satisfaction. Meanwhile, workload has a positive and significant effect on job satisfaction.

Keywords: *Work Stress, Workload, Burnout and Job Satisfaction*



KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan *Burnout* terhadap Kepuasan Kerja Pada Karyawan PT. Bangunindo Teknusa Jaya”**. Skripsi ini merupakan syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mercu Buana.

Selama penyusunan skripsi ini, tidak lepas dari bimbingan, bantuan dan dukungan yang sangat berarti dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti ingin berterima kasih kepada Bapak Dr. Mochamad Rizki Sadikin, BBA., MBA., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan saran, kritik, waktu, bimbingan, semangat, pengetahuan serta nasihat-nasihat yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu dalam kesempatan ini, peneliti ingin berterima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Dr. Nurul Hidayah, M.Si, Ak., CA selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mercu Buana.
3. Bapak Dudi Permana, MM, Ph.D selaku Ketua Program Studi Manajemen S1 Universitas Mercu Buana.
4. Seluruh dosen dan staff Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mercu Buana.
5. Teristimewa, untuk ayah dan ibu tercinta, Bapak Zuhri dan Ibu Nina yang selalu memberikan semangat, doa, dukungan, serta bantuan moral dan material yang tak pernah berhenti kepada peneliti.
6. Tak lupa untuk Kakak, Abang Iparku, Adik, dan Ponakan tercintaku, Kaka Ara, Bang Adit, Fahira, Azka, dan Hana yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, mendoakan dan menghibur peneliti di masa-masa sulit selama proses skripsi ini.

7. Teman dekat sekaligus teman seperjuangan, Salsadila Sandra Tanzela dan Meta Amelia Fitri, yang sampai saat ini memberi peneliti semangat dan dukungan serta membantu banyak hal selama masa perkuliahan terutama skripsi.
8. Teruntuk sahabatku, Raisa Adelia Zahra dan Lutfiah Kinanti Supiana yang selalu menghibur, mendukung, menyemangati, dan mendoakan peneliti dalam proses skripsi ini. Terima kasih telah mendukung dan menyemangati peneliti selama penulisan skripsi ini.
9. Seluruh karyawan PT Bangunindo Teknusa Jaya, yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam melakukan penelitian ini, kesalahan dan kekurangan bisa terjadi karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman sebagai manusia biasa. Karena itu, Peneliti sangat mengharapkan masukan, saran, bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak untuk memperbaiki kualitas penelitian ini. Peneliti meminta maaf apabila terdapat kesalahan atau kelemahan yang terdapat dalam skripsi ini. Akhir kata, peneliti berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan baru, baik bagi peneliti maupun pembaca secara umum.

UNIVERSITAS Jakarta, 16 Mei 2025
MERCU BUANA

Nabila Fajria

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN HASIL KARYA SENDIRI	ii
LEMBAR HASIL PENGECEKAN PLAGIASI	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Kontribusi Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS	12
A. Kajian Pustaka	12
1. Manajemen Sumber Daya Manusia	12
a. Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	12
b. Fungsi Sumber Daya Manusia	13
c. Tujuan Sumber Daya Manusia	16
2. Kepuasan Kerja	17
a. Pengertian Kepuasan Kerja	17
b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Kerja	19
c. Dimensi dan Indikator Kepuasan Kerja	21
3. Stres Kerja	23
a. Pengertian Stres Kerja	23
b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	24

c. Dimensi dan Indikator Stres Kerja	26
4. Beban Kerja	28
a. Pengertian Beban Kerja	28
b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja	29
c. Dimensi dan Indikator Beban Kerja	31
5. <i>Burnout</i>	33
a. Pengertian <i>Burnout</i>	33
b. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	35
c. Dimensi dan Indikator <i>Burnout</i>	37
B. Penelitian Terdahulu	39
C. Pengembangan Hipotesis	42
D. Kerangka Konseptual	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Waktu dan Tempat Penelitian	47
B. Desain Penelitian	47
C. Definisi dan Operasionalisasi Variabel	48
1. Definisi Variabel	48
a. Variabel Eksogen (Bebas)	48
b. Variabel Endogen (Terikat)	49
2. Operasional Variabel	49
D. Skala Pengukuran Variabel	52
E. Populasi dan Sampel	53
1. Populasi Penelitian	53
2. Sampel Penelitian	53
F. Metode Pengumpulan Data	54
G. Metode Analisis Data	55
1. Analisa Deskriptif	56
2. Uji Instrumen	57
3. Analisis <i>Structural Equation Model – Partial Least Square</i> (SEM – PLS)	59
a. Pengertian SEM-PLS	59

b. Tahapan Analisis	59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	65
A. Analisis Deskriptif	65
1. Gambaran Umum Terhadap Obyek Penelitian	65
2. Deskripsi Responden	66
a. Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	66
b. Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	66
c. Deskripsi Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan	67
d. Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja	67
3. Deskripsi Variabel	68
a. Variabel Stres Kerja	68
b. Variabel Beban Kerja	69
c. Variabel <i>Burnout</i>	69
d. Variabel Kepuasan Kerja	70
B. Hasil Analisis Data <i>Partial Least Square</i> (PLS)	71
1. Hasil Pengujian Model Pengukuran (<i>Outer Model</i>)	71
a. Uji Validitas	71
b. Uji Reliabilitas	78
2. Hasil Pengujian Model Struktural (<i>Inner Model</i>)	79
a. Hasil Uji Nilai <i>R-Square</i>	79
b. Hasil Uji Nilai <i>Q-Square</i>	79
c. Hasil Uji Hipotesis	80
C. Pembahasan Hasil Penelitian	82
1. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja	82
2. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja	83
3. Pengaruh <i>Burnout</i> Terhadap Kepuasan Kerja	84
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	86
A. Kesimpulan	86
B. Saran	87
1. Saran untuk PT Bangunindo Teknusa Jaya	87
2. Saran untuk Peneliti Selanjutnya	88

DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	94



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Survey Kepuasan Karyawan PT. Bangunindo Teknusa Jaya Tahun 2022	4
Tabel 1.2 Hasil Pra Survei Pada PT. Bangunindo Teknusa Jaya	6
Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	39
Tabel 3.1 Operasional Variabel Stres Kerja	50
Tabel 3.2 Operasional Variabel Beban Kerja	51
Tabel 3.3 Operasional Variabel <i>Burnout</i>	51
Tabel 3.4 Operasional Variabel Kepuasan Kerja	52
Tabel 3.5 Skala Likert	53
Tabel 4.1 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.2 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	66
Tabel 4.3 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan	67
Tabel 4.4 Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja	67
Tabel 4.5 Deskripsi Variabel Stres Kerja	68
Tabel 4.6 Deskripsi Variabel Beban Kerja	69
Tabel 4.7 Deskripsi Variabel <i>Burnout</i>	69
Tabel 4.8 Deskripsi Variabel Kepuasan Kerja	70
Tabel 4.9 Hasil uji <i>Convergent Validity</i> (Sebelum dimodifikasi)	72
Tabel 4.10 Hasil uji <i>Convergent Validity</i> (Modifikasi)	74
Tabel 4.11 Hasil uji <i>Discriminant Validity</i> (<i>Cross Loading</i>)	76
Tabel 4.12 Hasil uji <i>Average Variance Extracted</i> (AVE)	77
Tabel 4.13 Hasil Uji <i>Discriminant Validity</i> (<i>Fornell Larcker</i>)	78
Tabel 4. 14 Hasil Uji <i>Composite Reliability</i> dan <i>Cronbach's Alpha</i>	78
Tabel 4.15 Hasil Uji <i>R-Square</i>	79
Tabel 4.16 Hasil Uji <i>Q-Square</i>	80
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	46
Gambar 4.1 Hasil Grafik <i>Convergent Validity</i> (Sebelum dimodifikasi)	73
Gambar 4.2 Hasil Grafik <i>Convergent Validity</i> (Modifikasi)	75
Gambar 4.3 Hasil Grafik Uji <i>Bootstrapping</i>	81



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian	94
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian	95
Lampiran 3. Hasil Kuesioner Penelitian	101
Lampiran 4. Karakteristik Responden	110
Lampiran 5. Deskriptif Variabel	111
Lampiran 6. <i>Outer Model</i>	112
Lampiran 7. <i>Inner Model</i>	117

