HUBUNGAN ANTARA KEMASAKAN EMOSI DENGAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN

SKRIPSI

SAYED MUHAMMAD

95231074

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2003

HUBUNGAN ANTARA KEMASAKAN EMOSI DENGAN *BURNOUT* PADA KARYAWAN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S-l Psikoiogi

SAYED MUHAMMAD

95231074

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2003

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Skripsi
Fakultas Psikoiogi Universitas Islam Indonesia
Dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S-l Psikoiogi

Pada Tanggal

2 7 AUG 2033

Mengesahkan
Fakultas Psikoiogi
Universitas Islam Indonesia
Dekan

DR. Sukarti

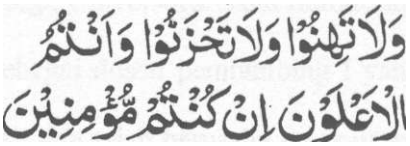
Dewan Penguji:	Tanda Tangan
1. Emi Zulaifah, Dra., M.sc.	
2. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.Si.	
3. Qurotul Uyun, S.Psi.	

Persembahan

sebuah ide
terbelakang dalam
kukungan
postmodernisme
Utopia

Beranjak
Bercerita dan berduka dalam kesendirian, takwakhal menanti kehadiran Aku-lah
Sebuah bangsa yang bermartabat bercerita dalam sejarah
Sebuah essai elegi yang tak pernah akan habis....
-Atjeh-

Motto


وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنتُمُ
الْأَعْلَوْنَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ

Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamu orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang yang beriman. (QS. Ali 'Imran:139)

Tim ana Keiutan vans leom aiait daripada mengatahni Banna diam-diam kita dicintai; nai itn
seoerti merasanan tangan Tonan dl Dana Klta
[Charles Morgan!

UCAPAN TERIMA KASIH

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdullilahi Rabbil 'aalamin. Puji syukur kehidarat Allah SWT, berkat rahmat dan karania-Nya penulis mampu menyelesaikan sebuah kaiya sederhana ini.

Pertama-tama penulis menghaturkan terima kasih kepada orang tua atas segala kasih sayang, nasehat dan doa-doa yang tidak pernah berhenti walaupun sampai saat ini tidak ada kabar samasekali, tapi penulis yakin doa-doanya akan selalu ada demi anak-anaknya. Saudaraku, Ipeh yang terus memberikan dorongan dan motivasi setiap saat.

Dalam penyusunan tugas akliir ini, penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

Ibu Sukarti, selaku Dekan Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia.

Bapak H. Fuad Nashtin, S. Psi, M.Si sebagai dosen pembimbing I yang telali banyak memberikan bimbingan, pengarahan, dan telali berusaha keras untuk membantu hingga terselesaikan tugas akliir ini.

Ibu Retno Kumulohadi, Psi Dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dorongan dan kesempatan hingga penyusunan tugas akliir ini.

Ibu Ratna Syifa'a, S.Psi yang telah memberikan bimbingan, saran dan support dan selaku dosen pembimbing akademik yang telah dengan sabar mendukung penulis secara moril.

Seluruh staff pengajar dan dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia, dengan segala dedikasi tinggi dan ketulusan yang telah mengabdi pada dunia pendidikan.

Karyawan Pengajaran Fakultas Psikolgi Universitas Islam Indonesia, atas kebaikan dalam melayani mahasiswa Psikologi (Jangan pernah bosan menghadapi mahasiswa lama, Pak!)

Karyawan Perpustakaan Fakultas Psikologi dan Perpustakaan Pusat Universitas Islam Indonesia yang telah membantu penulis dalam peminjaman buku.

Bapak Teguh Wibowo Slamet selaku Matahari Store Manager untuk wilayah Jogja yang telah memberikan ijin untuk penelitian ini.

Mbak Ririn, selaku staff administrasi toko yang telah membantu pembagian skala penelitian kepada karyawan Matahari dan segala informasi yang saya butuhkan untuk penelitian ini.

Beberapa nama yang telali ikut membantu secara langsusng maupun tidak langsung diberikan ijin hingga terselesaikan penelitian ini, Mbak Mayasari, dan Ibu Gudarwitri selaku HRD Mataliari dan segenap karyawan Matahari Departemen Store yang telajh bersedia menyediakan waktunya untuk mengisi skala penelitian di tengali kesibukan kerja yang padat.

Fakhrudin (Udaian) yang telah bersedia untuk diculik hingga bersedia dengan pasrah memberikan *support,* dan tutorial singkat dalam pengolahan data.

The last ectinction of 95 generation; Pancoro, Eko *Wisudawan,* Inocky, Alex, Yus, Novi, Yunita, Etik, Esti, Evi, Harri, Lina, Lili, Dewo, Slamet, Desi, *Did u know how cute u r when out of there? Say* Ha.. Ha.. Ha. *I want to thanks for everyone who support to be friend with me, 95 Generation*; Benny *(never stop send me a joke about smoker area :P~),* Arief *(there is no about love topic recomended),* Udin, Teddy, Lenny twins, Iman, Popi, Opie, Karim, Andy, Naomi, Iwan, Meddy, *it's a* Sony *...and in no f@cking way is this in order of priority! You 're the best, best and very best!*

And its about all genocide of self; disappear authority, Oce, Mehong, antok 'n Ken. *We never stop to thingking, where, how and why, but you 're still our friend.*

DesignMagazine team yang telah memberikan ijin cuti untuk penulis guna menyelesaikan tugas ini. Ivan, Izul and Agung, *we r have been in the right choice, walk way and out together [start: /me say Hello! And then quit message visit our tag: http://wWw.DesignMagazine.org/put in your head alaways!]*

Special thanks to; Fauziah dan Erwin dan beberapa nama seperti Sohib, Bagus, Adi dan stambuk 96 yang telah ikut membantu memberikan referensi dan supportnya hingga terselesaikannya penelitian ini

Reebok Channel on Dalnet Server, I have the answer for the "q" rightnow, but never write the new "q " in your editbox to ask when and where the party started? finished! Sleeping away!

Thanks! Brownstones, White House, Bajoory Angels and Pulau Biru Boardinghouse. Special thanks to: Hammar, Gina, Fadhilla, Harry, Yhokers, Edo, Da'u, Riki, *and everyone to be apart of my life for keeps! Love you!*

RIP, Abraham Lincoln yang telah memberikan inspirasi, keyakinan, dan pembentukan karakter diri, prinsip dan idealisme. Eric Fromm, yang telah mngubah pandangan sempit tentang *prejudice* manusia-manusia *inbox,* Saddam Husein, Gamal Abdul Nasser dan Hasan Tiro yang telah memberikan warna dan semangat perlawanan dominasi kolonial dan kapitalisme. Leo F Buscaglia yang telah mengilhami tentang makna dan tindakan untuk sebuah arti kehidupan yang lebih indah dan bermakna, cinta tulus!

Penyusun menyadari bahwa tugas akhir ini jauh dari sempurna untuk itu penyusun mohon maaf yang sebesarnya. Akhir kata, semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat tidak saja bagi penyusun tetapi juga bagi semua pihak yang berkenan menelaahnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Jogjakarta, Juli 2003.

Penyusun

Sayed Muhammad

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PENGESAHAN ii

HALAMAN PERSEMBAHAN iv

HALAMAN MOTTO v

UCAPAN TERIMAKASIH vi

DAFTAR ISI x

DAFTAR TABEL xiii

DAFTAR GAMBAR xiv

DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Tujuan Penelitian 12

C. Manfaat Penelitian 13

D. Orisinalitas Penelitian 13

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 15

A. *Burnout* 15

1. Pengertian *Burnout* 15

2. Aspek-aspek *Burnout* 18

3. Faktor-faktor yang Mempengamhi *Burnout* 25

B. Kemasakan Emosi 38

1. Pengertian Emosi 38
2. Cara Keija Emosi 39
3. Pengertian Kemasakan Emosi 44
4. Aspek-aspek Kemasakan Emosi 46
5. Perkembangan Kemasakan Emosi 50
C. Hubungan Antara Kemasakan Emosi dengan *Burnout*. 53
D. Hipotesis 58
BAB III METODE PENELITIAN 60
A. Identifikasi Variabel Penelitian 60
B. Definisi Operasional Variabel 60
C. Populasi dan sampel Penelitian 61
D. Metode Pengumpulan Data 61
E. Metode Analisis Data 64
BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL
PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN 65
A. Persiapan Penelitian 65
1. Orientasi Kancah 65
2. Proses Perijinan Penelitian 67
3. Uji coba alat ukur 67
B. Pelaksanaan Penelitian 70
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian 70
1. Deskripsi Data Penelitian 70
2. Uji Asumsi 72

3. Uji Hipotesis 73

D. Pembahasan 74

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 65

DAFTAR PUSTAKA 79

LAMPIRAN 84

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Sebaran Aitem Skala *Burnout* 62

2. Sebaran Aitem Skala Kemasakan Emosi 64

3. Sebaran Aitem Skala *Burnout* Setelah Uji Coba 68

4. Sebaran Aitem Skala Kemasakan Emosi Setelah Uji Coba 69

5. Diskripsi Subjek Penelitian 70

6. Diskripsi Data Penelitian 71

7. Kriteria Kategori Skala *Burnout* dan Kemasakan Emosi 72

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Peran amigdala dalam mengambil respon.....42

I

LAMPIRAN

Halaman

LAMPIRAN ALAT UKUR 84

A. Skala Burnout Try Out 85

B. Skala Kemasalan Emosi Try Out 90

C. Skala Burnout Setelah Try Out 94

D. Skala Kemasalan Emosi Setelah Try Out 99

LAMPIRAN DISTRIBUSI AITEM TRY OUT 102

A. Distribusi Aitem Skala Burnout 103

B. Distribusi Aitem Skala Kemasakan Emosi 112

LAMPIRAN HASIL UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS 122

A. Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Skala Burnout 123

B. Hasil Uji Realibilitas Skala Kemasakan Emosi 112

LAMPIRAN DISTRIBUSI AITEM SETELAH TRY OUT 129

A. Distribusi Aitem Skala Burnout 130

B. Distribusi Aitem Skala Kemasakan Emosi 137

LAMPIRAN UJI ASUMSI 143

A. Hasil Uji Reliabilitas Skala Burnout Shahih 144

B. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kemasakan Emosi Shahih 147

C. Skor Total 149

D. Uji Normalitas 151

E. Uji Linearitas 152

F. Uji Hipotesis (Uji Korelasi) 153

LAMPIRAN GRAFIK 154

A. Grafik Uji Normalitas Skala Burnout 155

B. Grafik Uji Normalitas Skala Kemasakan Emosi 156

LAMPIRAN SURAT BUKTI DAN IJIN PENELITIAN 157

A. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Psikologi UII 158

B. Surat Bukti Penelitian dari PT. Matahari Putra Prima Tbk 159