

SKRIPSI

PENGARUH RITME SIRKADIAN DAN STRES KERJA TERHADAP *BURNOUT*

DRIVER CV. BATAVIA EXPRES KOTA BANJARMASIN



Diajukan Untuk Melengkapi Persyaratan Dalam Memperoleh

Gelar Sarjana Manajemen

Oleh :

AULIYATI

NIM : 1810312320031

PROGRAM STUDI : MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

BANJARMASIN

2024

LEMBAR LEGALITAS

PENGARUH RITME SIRKADIAN DAN STRES KERJA TERHADAP *BURNOUT* DRIVER CV. BATAVIA EXPRES KOTA BANJARMASIN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

AULIYATI

NIM:1810312320031

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada hari Rabu 17 Juli 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Dosen Pembimbing



Maya Sari Dewi, S.Sos, MM
NIP. 19770820 200312 2 003

Penguji I



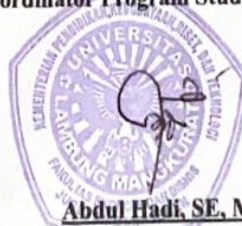
Wimby Wandari, SE, MM
NIP. 19780813 200604 2 001

Penguji II



Gt. Rina Fariany, SE, MM
NIP. 19720201 200604 2 001

Mengetahui
Koordinator Program Studi Manajemen



Abdul Hadi, SE, M. Si
NIP. 19700707 200501 1 001

LEMBAR PENGESAHAN

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

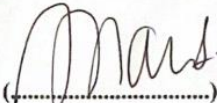
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

BANJARMASIN


Nama : Auliyati
NIM : 1810312320031
Program Studi : SI Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Ritme Sirkadian Dan Stres Kerja Terhadap *Burnout Driver CV.*
Batavia Expres Kota Banjarmasin.
Mata Kuliah Pokok : Manajemen Sumber Daya Manusia
Ujian Dilaksanakan : Rabu, 17 Juli 2024

TIM PENGUJI

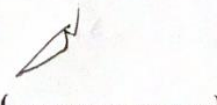
Pembimbing: Maya Sari Dewi, S.Sos, MM

()

Penguji I: Wimby Wandari, SE, MM

()

Penguji II: Gt. Rina Fariany, SE, MM

()

LEMBARAN BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI

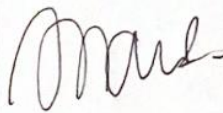


Berdasarkan hasil ujian skripsi yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat:

Nama : Auliyati
NIM : 1810312320031
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis/Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Ritme Sirkadian Dan Stres Kerja Terhadap *Burnout Driver*

CV. Batavia Expres Kota Banjarmasin.

Hari, Tanggal Ujian : Rabu, 17 Juli 2024
Tempat : Ruang C6
Waktu Ujian : 10.00-12.00 WITA s/d Selesai

Dengan ini telah melakukan perbaikan skripsi berdasarkan saran Tim Penguji:

No	Nama Tim Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	<u>Maya Sari Dewi, S.Sos. MM</u> NIP. 19770820 200312 2 003	Pembimbing	
2	<u>Wimby Wandari, SE, MM</u> NIP. 19780813 200604 2 001	Penguji I	
3	<u>Gt. Rina Fariany, SE, MM</u> NIP. 19720201 200604 2 001	Penguji II	

Dengan demikian berita acara perbaikan skripsi yang telah mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Manajemen



Abdul Hadi, SE, M.Si
NIP. 19700707 200501 1 001

Mahasiswa,



Auliyati
NIM. 1810312320031

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi ini merupakan hasil penelitian yang telah saya lakukan. Segala kutipan dan bantuan dari berbagai sumber telah diungkapkan sebagaimana mestinya. Skripsi ini belum pernah dipublikasikan untuk keperluan lain oleh siapapun juga. Apabila di kemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima akibat hukum dari ketidak benaran pernyataan tersebut.

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



AULIYATI

NIM: 1810312320031

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Ritme Sirkadian Dan Stres Kerja Terhadap *Burnout Driver CV. Batavia Expres Kota Banjarmasin*”**. Skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam meraih gelar Sarjana Manajemen Program Strata Satu (S-1) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.

Peneliti juga mengucapkan banyak terima kasih atas bantuan dari pihak yang telah berkontribusi dengan memberikan sumbangan baik materi maupun pikirannya karena dalam menyusun skripsi ini, peneliti tentunya menemukan hambatan dan kendala. Akan tetapi berkat arahan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik dengan kerendahan hati peneliti juga mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ahmad Yunani, S.E, M. Si selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat
3. Bapak Abdul Hadi, S.E., M.Si selaku Koordinator Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat

4. Ibu Maya Sari Dewi, S. Sos, MM selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan dukungan serta solusi dari permasalahan yang dihadapi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sebaik mungkin.
5. Ibu Wimby Wandary, SE, MM selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Gt. Rina Friany, SE, MM selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Drs. H. Ikhwan Faisal, M. Si, AK, CA selaku Dosen Pembimbing Akademik (PA) yang turut membantu kelancaran persetujuan mata kuliah pada tiap semester, serta beberapa urusan lainnya.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang telah mendidik membimbing dan memberikan Ilmu yang bermanfaat sebagai bekal penulis dalam menjalani kehidupan pada masa yang akan datang.
9. Seluruh Pegawai Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah membantu kelancaran selama penulis untuk mengerjakan skripsi ini.
10. Umi yang sangat saya sayangi dan cintai yang selalu mendoakan, memotivasi, memberikan dukungan moral maupun material, selalu menyayangi penulis, mendengarkan keluh kesah penulis dengan sabar, dan lain hal sebagainya yang tidak dapat disebutkan sehingga penulis dapat melewati masa-masa kuliah sampai dengan menyelesaikan skripsi ini.
11. Bapak Abrur Rohman selaku owner Cv. Batavia Expres Kota Banjarmasin yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian di perusahaan ini.
12. Seluruh admin dan *driver* di Cv. Batavia Expres Kota Banjarmasin khususnya seluruh

driver atas bantuan dan kebaikannya selama penyusunan proposal hingga skripsi ini selesai.

13. Neta, Elsa dan para *chewy-chewy* lainnya yang selalu menemani penulis dari awal perkuliahan sampai sekarang, selalu sabar mendengar keluh-kesah penulis, memberi saran yang membangun, dan selalu memberi semangat.
14. Gede Agus Indrawan yang selalu mendengarkan keluh-kesah penulis, menjadi penyemangat bagi penulis, mendorong penulis untuk menyelesaikan skripsi ini, juga untuk segala bantuan dan dukungannya selama ini.
15. Jaimah Afmielzha yang selalu menemani penulis selama ini, mendengarkan keluh-kesah penulis, menjadi penyemangat bagi penulis, mendorong penulis untuk menyelesaikan skripsi ini, juga untuk segala bantuan dan dukungannya selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih belum sempurna. Namun, penulis sudah berusaha menyusun skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna serta bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca. Semoga bantuannya untuk semua yang disebutkan di atas menjadi amal saleh dan mendapat Ridho dari Allah SWT. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Penulis,



Auliyati

1810312320031

ABSTRACT

Auliyati (2024) The Influence of Circular Rhythms and Work Stress on CV Driver Burnout. Batavia Express Banjarmasin City) Supervisor: Maya Sari Dewi

The objective of this research is twofold: (1) to determine and analyze the influence of circadian rhythm on burnout among drivers at CV. Batavia Express in Banjarmasin City, and (2) to investigate the impact of work stress on burnout in the same group of drivers.

This study employs a quantitative approach, with a sample consisting of 33 drivers of CV Batavia Express in Banjarmasin City. All 33 employees participated as respondents, completing questionnaires designed for this research. The sampling technique utilized was saturated sampling, also known as a census. Data collection was conducted through the administration of questionnaires, and data analysis was performed using Path Analysis with the SPSS 26 software application.

The findings indicate that circadian rhythm has a negative and significant effect on burnout among CV employees at Batavia Express in Banjarmasin City. Conversely, work stress demonstrates a positive and significant effect on burnout within this group.

Keywords: Circadian Rhythm, Work Stress, Burnout

ABSTRAK

Auliyati (2024) Pengaruh Pengaruh *Ritme Sirkadian* dan Stres Kerja terhadap *Burnout Driver* CV. Batavia Expres Kota Banjarmasin) Pembimbing: Maya Sari Dewi

Tujuan penelitian ini ada dua, yaitu: (1) untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh ritme sirkadian terhadap burnout pada pengemudi CV. Batavia Express Kota Banjarmasin, dan (2) untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap burnout pada kelompok pengemudi yang sama.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan sampel sebanyak 33 pengemudi CV Batavia Express Kota Banjarmasin. Seluruh 33 karyawan berpartisipasi sebagai responden dengan mengisi kuesioner yang dirancang untuk penelitian ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh atau yang dikenal dengan sensus. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan analisis data dilakukan dengan menggunakan Analisis Jalur dengan aplikasi perangkat lunak SPSS 26.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ritme sirkadian berpengaruh negatif dan signifikan terhadap burnout pada karyawan CV. Batavia Express Kota Banjarmasin. Sebaliknya, stres kerja menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap burnout pada kelompok ini.

Kata Kunci: *Ritme Sirkadian, Stres Kerja, Burnout*

DAFTAR ISI

LEMBAR LEGALITAS	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBARAN BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.5. Sistematika pembahasan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Landasan Teori.....	9
2.1.1. Burnout	9
2.1.2. Ritme Sirkadian	13
2.1.3. Stres Kerja	18
2.2. Penelitian Terdahulu	24
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	29
3.1. Kerangka Konseptual	29
BAB IV METODE PENELITIAN	31
4.1. Ruang Lingkup Penelitian	31

4.2.	Jenis Penelitian	31
4.3.	Tempat/Lokasi Penelitian.....	32
4.4.	Unit Analisis.....	32
4.5.	Populasi dan Sampel	32
4.5.1.	Populasi	32
4.5.2.	Sampel	32
4.6.	Variabel dan Definisi Operaional Variabel.....	33
4.6.1.	Variabel Independen (Varabel Bebas)	33
4.6.2.	Variabel Dependen (Variabel Terikat)	33
4.7.	Teknik Pengumpulan Data	35
4.7.1.	Kuesioner	35
4.7.2.	Wawancara	36
4.8.	Teknik Analisis Data	36
4.8.1.	Statistik Deskriptif	36
4.8.2.	Uji Kualitas Data	37
4.8.3.	Uji Asumsi Klasik	38
4.8.4.	Analisis Regresi Linier Berganda	41
4.8.5.	Uji Hipotesis	42
BAB V	HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS	44
5.1.	Gambaran Umum Obyek Penelitian	44
5.1.1.	Profil Singkat Cv. Batavia Express Banjarmasin	44
5.1.2.	Visi dan Misi Cv. Batavia Express Banjarmasini	45
5.1.3.	Struktur Organisasi	46
5.2.	Hasil dan Pembahasan.....	46
5.2.1.	Karakteristik Responden	46
5.2.2.	Statistik Dekriptif	48
5.2.3.	Hasil Uji Instrumen	55
5.2.4.	Uji Asumsi Klasik	58
5.2.5.	Model Regresi Linier Berganda	64
5.2.6	Uji Hipotesis	65
5.2.7	Pembahasan Hasil Penelitian	68
5.2.8.	Implikasi Hasil Penelitian	71
5.2.9.	Keterbatasan Penelitian	75
BAB VI	PENUTUP	76
6.1.	Kesimpulan.....	76

6.2. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Sebelumnya	24
Tabel 4. 1 Operasional Variabel	34
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden berdasarkan Usia	47
Tabel 5. 3 Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan	48
Tabel 5. 4 Skala Likert 1-5	49
Tabel 5. 5 Statistik Deskriptif Burnout	51
Tabel 5. 6 Statistik Deskriptif Ritme Sirkadian	52
Tabel 5. 7 Statistik Deskriptif Stress Kerja	54
Tabel 5. 8 Uji Validitas	55
Tabel 5. 9 Uji Reliabilitas	57
Tabel 5. 10 Uji Kolmogorov – Smirnov	60
Tabel 5. 11. Linearitas	61
Tabel 5. 12 Uji Multikolinearitas	62
Tabel 5. 13 Uji Glejser	64
Tabel 5. 14 Regresi Linier Berganda	64
Tabel 5. 15 Uji t	66
Tabel 5. 16 Uji F	67
Tabel 5. 17 Koefisien Determinasi	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	29
Gambar 5. 1 Stuktur Organisai.....	46
Gambar 5. 2 Uji Normalitas P-Plot.....	58
Gambar 5. 3 Grafik Histogram	59
Gambar 5. 4 Grafik Scatterplot.....	63