

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dunia kerja pada saat ini sering membahas tentang masalah beban kerja berlebih, beban kerja yang tinggi menjadi salah satu faktor penting yang berpengaruh pada kesehatan mental dan fisik karyawan. Terutama dalam konteks persaingan kerja yang ketat dan meningkatnya permintaan kebutuhan. Karyawan sering kali dihadapkan pada beban kerja yang sangat berat dan tenggat waktu yang ketat, yang dapat menimbulkan stres berkelanjutan. Beban kerja ini tidak hanya mencakup jumlah tugas yang harus diselesaikan tetapi juga hal yang kompleks. Karyawan sering dituntut untuk harus menyelesaikan tugas rumit tanpa dukungan yang tepat. Situasi tersebut dapat menimbulkan stres dan hilangnya kendali atas pekerjaan seseorang, yang merupakan penyebab utama kelelahan.

Allie (2015) mengemukakan bahwa persepsi karyawan terhadap beban kerja, mereka dapat menyebabkan perilaku burnout, terutama jika beban kerja tersebut dianggap berlebihan. Menurut Gendra dan Liana (2015) berperan sebagai mediator dalam hubungan antara beban kerja dengan tingkat burnout, Beban kerja yang berlebihan mencakup jam kerja yang panjang, tanggung jawab yang berat, dan tuntutan pekerjaan yang melampaui kemampuan individu untuk melakukannya, hal tersebut dapat menimbulkan *burnout*.

Maslach dan Pines (1991), burnout merupakan reaksi terhadap stres yang berhubungan dengan pekerjaan yang dapat memberikan efek buruk tidak hanya pada individu tetapi juga pada organisasi secara keseluruhan. *Burnout* adalah

kondisi kelelahan emosional, fisik dan mental yang disebabkan oleh tekanan pekerjaan yang terus-menerus.

Peneliti melaksanakan penelitian terkait “Burnout terhadap Beban Kerja pada Karyawan Light Rail Transit JABODEBEK di Kota Bekasi” Peneliti melakukan tinjauan terkait penelitian terdahulu yang relevan dengan istilah burnout dan beban kerja pada karyawan.

Penelitian pertama berjudul “Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Burnout” oleh Sijabat, Hermawati 2021. Metode Penelitian yang digunakan eksplanatori dengan teknik sampling jenuh. Teknik Pengumpulan Data yang digunakan yaitu Kuesioner menggunakan skala Likert. Sumber Data yaitu 40 responden Karyawan Hotel X di Ambon. Penelitian ini menemukan bahwa baik beban kerja maupun stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap tingkat burnout karyawan di Hotel X, Ambon. Analisis regresi menunjukkan hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut dengan burnout.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif terhadap tingkat burnout. Oleh karena hal itu, sangat penting untuk kita memahami hubungan antara beban kerja dan kelelahan sehingga organisasi dapat mengelola sumber daya manusianya secara efektif dan mencegah dampak negatif yang meluas pada produktivitas karyawan dan organisasi.

Penelitian kedua berjudul “Pengaruh Beban Kerja terhadap Burnout Karyawan pada PT PLN (Persero)” oleh Elsa Juhnisa 2020. Metode yang digunakan kuantitatif dengan pendekatan asosiatif. Teknik Pengumpulan Data yang digunakan yaitu kuesioner dan wawancara. Sumber Data yang digunakan

100 responden Karyawan PT PLN (Persero). Hasil Penelitiannya yaitu terdapat pengaruh signifikan antara beban kerja terhadap *burnout*, dengan dukungan sosial sebagai variabel pemediasi.

Penelitian ketiga berjudul “Pengaruh Beban Kerja terhadap Burnout Karyawan” I Gede Indra Wira Atmaja dan I Wayan Suana 2019. Metode penelitian yang digunakan yaitu Penelitian eksplanatori dan kuantitatif. Teknik Pengumpulan Data yang dilakukan yaitu Kuesioner. Sumber Data yang digunakan yaitu 40 responden Karyawan Rumours Restaurant Seminyak Bali. Hasil dari Penelitian tersebut yaitu beban kerja berpengaruh positif terhadap burnout karyawan, dengan koefisien determinasi sebesar 96,4% menunjukkan bahwa beban kerja dan role stress mempengaruhi tingkat burnout secara signifikan.

Beban kerja terhadap tingkat *Burnout* merupakan fenomena yang makin mendapat perhatian di dunia kerja, khususnya di sektor transportasi. Penelitian ini berfokus pada karyawan *Light Rail Transit* (LRT) Jakarta yang menghadapi beban kerja dan ketegangan mental. Perusahaan angkutan modern seperti LRT Jakarta memiliki karakteristik unik yang dapat memungkinkan situasi kelelahan dan beban kerja berlebihan. Salah satu contohnya adalah ritme kerja yang intensif namun fleksibel. Tekanan untuk mempertahankan standar operasional yang tinggi dan dalam menanggapi hal kegagalan teknis dengan cepat dapat meningkatkan stres dan kelelahan. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kelelahan tidak hanya memengaruhi kesehatan mental karyawan, tetapi juga memengaruhi produktivitas dan keterlibatan organisasi.

Penelitian terdahulu menemukan adanya hubungan antara beban kerja dan *burnout*. Sebuah penelitian oleh Goh et al (2021) menunjukkan bahwa pekerja dengan beban kerja yang tinggi cenderung menunjukkan gejala *burnout* yang lebih parah karena tekanan untuk memenuhi target. Konteks pada karyawan LRT Jakarta ini, karyawan mungkin saja menghadapi situasi serupa di mana tuntutan pekerjaan untuk memberikan pelayanan yang optimal dapat menimbulkan stres yang berkelanjutan.

Pemilihan topik mengenai beban kerja dan *burnout* pada karyawan LRT Jakarta didasari oleh beberapa alasan. Pertama, dengan adanya peningkatan jumlah penumpang dan frekuensi perjalanan LRT Jakarta. Kedua tekanan terhadap karyawan untuk memberikan layanan yang optimal semakin meningkat. Ketiga adanya ketidakstabilan emosi karyawan saat jadwal ramai dengan jadwal yang tidak begitu ramai. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko *burnout* di kalangan mereka. Meskipun telah banyak penelitian mengenai *burnout* di sektor transportasi, masih terdapat kekurangan dalam literatur yang secara spesifik membahas situasi di LRT Jakarta. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam memahami dinamika beban kerja dan *burnout* dalam konteks ini.

Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang fenomena beban kerja dan *burnout* dalam kerangka di LRT Jakarta, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi pengelolaan sumber daya manusia yang lebih efektif untuk mencegah dan mengatasi beban kerja yang mempengaruhi *burnout*. Temuan penelitian ini akan menjadi dasar bagi

manajemen untuk merancang program intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan karyawan dan efisiensi operasional layanan LRT Jakarta.

Secara keseluruhan, penulis mengambil tema penelitian tentang hubungan beban kerja dan tingkat *burnout* di kalangan karyawan LRT Jakarta, ini merupakan langkah penting untuk memahami tantangan yang dihadapi pekerja di sektor transportasi modern. Dengan menggunakan metode kuantitatif dan menghubungkan hasilnya dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru bagi para akademisi dan praktisi di bidang manajemen sumber daya manusia dan kesehatan kerja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan antara Beban Kerja terhadap tingkat *Burnout* pada Karyawan *Light Rail Transit* Jakarta”. Selanjutnya peneliti mencoba merumuskan masalah yang ada, kemudian dijadikan rumusan masalah penelitian, penelitian ini akan difokuskan pada :

1. Seberapa besar beban kerja yang ada pada karyawan LRT Jakarta ketika menjalankan tugas sehari-hari?
2. Seberapa tinggi tingkat *burnout* yang dialami oleh karyawan LRT Jakarta?
3. Bagaimana hubungan antara beban kerja terhadap tingkat *burnout* yang dialami oleh karyawan LRT Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengkaji tentang bagaimana Hubungan antara Beban Kerja terhadap tingkat *Burnout* pada Karyawan *Light Rail Transit* Jakarta. tujuan dari penelitian ini difokuskan untuk mengkaji mengenai hal – hal berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana beban kerja pada karyawan LRT Jakarta dalam menjalankan tugas sehari-hari.
2. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat *burnout* yang dialami oleh karyawan LRT Jakarta.
3. Untuk mengetahui hubungan antara beban kerja terhadap tingkat burnout karyawan di LRT Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan bisa memperkaya pengetahuan dan penjelasan ilmiah dalam praktik pekerjaan sosial ter khususnya pekerja sosial di dunia kerja tentang hubungan antara beban kerja dengan tingkat *burnout* yang dialami oleh karyawan dari suatu perusahaan transportasi modern.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktik dapat memberikan wawasan yang mendalam mengenai hubungan antara beban kerja dan *burnout*, sehingga perusahaan dapat merancang program intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik karyawan. Dengan memahami faktor-faktor penyebab *burnout*, perusahaan dapat mengurangi tingkat stres di

tempat kerja. Sehingga perusahaan dapat meningkatkan kepuasan kerja karyawan. Karyawan yang merasa tidak terbebani cenderung lebih puas dengan pekerjaan mereka, yang pada akhirnya dapat meningkatkan loyalitas terhadap perusahaan.

1.5 Sistematika Penulisan

Karya Ilmiah Akhir ini disusun dengan mengikuti sistematika penulisan yang sudah ditentukan, dengan penjabaran yaitu:

BAB I PENDAHULUAN, memuat tentang latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II KAJIAN KONSEPTUAL, memuat tentang penelitian terdahulu, teori-teori yang relevan dengan topik penelitian, yaitu tinjauan tentang *Burnout*, Beban Kerja Karyawan, serta pengertian Pekerja Sosial di Dunia Kerja.

BAB III METODE PENELITIAN, memuat tentang desain penelitian; definisi operasional; data, teknik pengumpulan data, dan sumber data; populasi dan sampel penelitian; pengujian validitas dan realibilitas alat ukur; teknik analisa data; jadwal dan langkah-langkah penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN, Memuat tentang gambaran lokasi penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

BAB V **USULAN PROGRAM**, Memuat tentang dasar pemikiran, nama program, tujuan program, sasaran program, pelaksana program, metode dan teknik, tahapan program dan kegiatan yang dilakukan, rencana anggaran biaya, indikator keberhasilan dan analisis kelayakan program.

BAB VI **KESIMPULAN DAN SARAN**, Memuat tentang kesimpulan dan saran.