

ABSTRACT

Background: Burnout is a form of fatigue that occurs when someone works too long and prioritizes their wants and needs. A survey conducted by the American Psychological Association (APA) revealed that 79 percent experienced burnout and it was related to death. It is known that burnout in the workplace still often occurs due to several factors, namely age, work stress, workload, length of service and work shifts. Researchers conducted a preliminary survey of 10 production workers by distributing questionnaires and short interviews that showed indications of burnout symptoms. The researcher aims to determine the factors related to the incidence of burnout in production workers at Factory X Muaro Jambi.

Research Method: This type of research is quantitative research with a cross sectional study design. The total population of production workers was 60 respondents. The sample in this study was selected using the Total Sampling Technique, namely all workers in the Production section of Factory X Muaro Jambi. Data analysis used the chi-square test with a 95% Confidence. The data collection method in this research is primary data collection and secondary data. The dependent variable is burnout and the independent variables are age, work stress, workload, length of service, and work shifts.

Research Results: There are 80% of workers in factories. There is a relationship between age ($p=0.044$), work stress ($p=0.001$), workload ($p=0.001$), and length of service ($p=0.001$) with burnout. There is no relationship between work shifts ($p=1.000$) with burnout.

Conclusion: There is a relationship between age, work stress, workload and years of work with burnout. There is no relationship between work shifts with burnout.

Keywords: Burnout, Age, workers, work shifts.

ABSTRAK

Latar Belakang: Burnout merupakan bentuk dari kelelahan yang terjadi ketika seseorang bekerja terlalu lama, dan mengutamakan keinginan dan kebutuhannya. Survei yang dilakukan American Psychological Association (APA) mengungkapkan bahwa 79 persen mengalami burnout dan berhubungan dengan kematian. Ditemukan bahwa *burnout* di tempat kerja masih sering terjadi karena beberapa faktor, yaitu usia, stres kerja, beban kerja, masa kerja, dan shift kerja. Peneliti melakukan survei pendahuluan kepada 10 orang pekerja bagian produksi dengan menyebarkan kuesioner dan wawancara singkat yang menunjukkan indikasi gejala burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *burnout* pada pekerja dibagian produksi Pabrik X Muaro Jambi.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi cross sectional. Jumlah populasi pekerja dibagian produksi adalah 60 responden. Sampel dalam penelitian ini dipilih melalui Teknik Total Sampling yaitu seluruh pekerja dibagian Produksi Pabrik X Muaro Jambi. Analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan Interval Kepercayaan 95%. Metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu pengumpulan data primer dan data sekunder. Variabel dependen adalah *burnout* dan variabel independen adalah usia, stres kerja, beban kerja, masa kerja, dan shift kerja.

Hasil Penelitian: Terdapat 80% pekerja di Pabrik X yang mengalami burnout, Terdapat hubungan antara usia ($p=0,044$), stres kerja ($p=0,001$), beban kerja ($p=0,001$) dan masa kerja ($p=0,001$) dengan burnout. Tidak terdapat hubungan antara Shift kerja ($p=1,000$) dengan burnout.

Kesimpulan: Ada hubungan usia, stres kerja, beban kerja dan masa kerja dengan burnout. Tidak ada hubungan antara shift kerja dengan burnout.

Kata Kunci: Burnout, Pekerja, Shift kerja