

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *LOCUS OF
CONTROL EKSTERNAL* DENGAN *BURNOUT***

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagai Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal:

10 September 2022

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus



Iranita Hervi Mahardayani S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji:

Tanda Tangan

1. Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Hervi Mahardayani', is placed over a dotted line. Below the signature is another dotted line.

2. Dr. M. Widjanarko, S.Psi., M.Si.

3. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA HARDINESS DAN LOCUS OF CONTROL
EKSTERNAL DENGAN BURNOUT

Diajukan oleh:

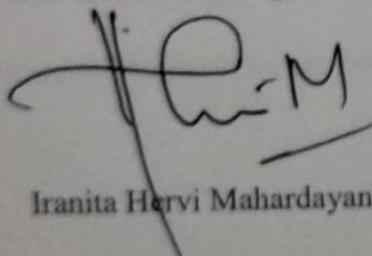
Anggriani Ayu Permatasari

2016-600-98

Telah disetujui untuk dipertahankan di Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing :



Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi

Tanggal 10 September 2022



PERSEMBAHAN

Dengan segenap doa dan kasih, karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak dan Ibu yang selalu memberi kasih sayang yang luar biasa serta do'a yang tiada hentinya dipanjatkan untuk menemani setiap langkah saya.
2. Untuk Mas Muhammad Syauki yang selalu memberikan semangat dan doa serta kasih sayang untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk mbak, adek, dan ponakan tersayang yang selalu menyemangati
4. Teman se-jobdesc, yang selalu menyemangati saat saya sedang posisi down
5. Bapak atasan yang selalu memberi dukungan dan kesempatan untuk saya mengembangkan diri serta menjadi inspirasi saya dalam berbagai hal.

MOTO

“Setiap bunga memiliki waktu mekarnya masing-masing, setiap orang memiliki waktu sukses yang berbeda”

(Anggi)

“Selesaikan apa yang kamu mulai, meskipun kamu tidak tau isinya tetap jalani sampai akhir”

(Anggi)

“Kita harus menghargai orang-orang yang memberikan nasihat dan mengajak kita kepada hal-hal kebaikan, mereka sesungguhnya orang yang mendorong kita menuju surganya Allah”

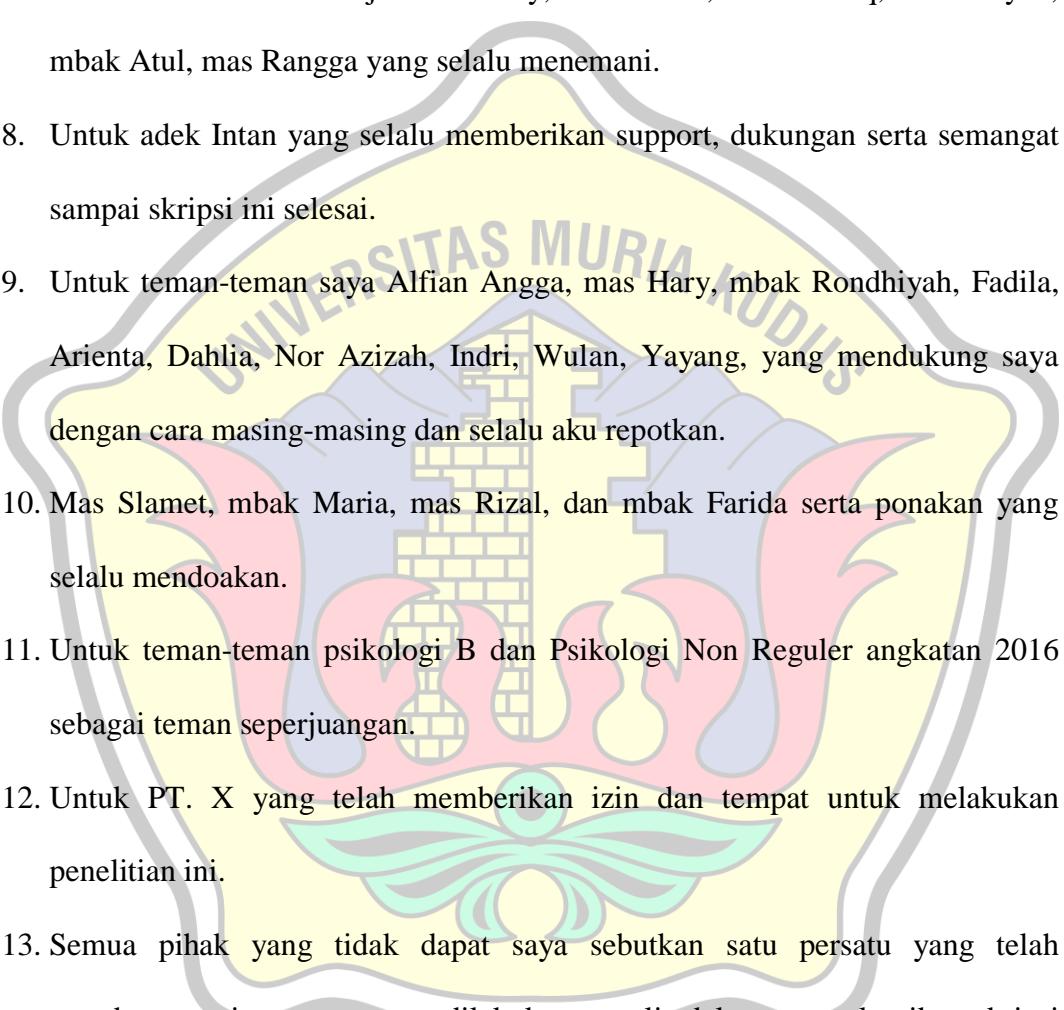
(Abu Maryam)

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Hardiness dan Locus of Control Eksternal dengan Burnout” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi dengan tepat waktu.

Dalam menyelesaikan pembuatan skripsi ini, penulis menyadari dan mengapresiasi sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah ikut memberikan dukungan, baik secara langsung atau tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani S.Psi., M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus sekaligus dosen pembimbing yang telah berkenan untuk memberikan izin dan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, motivasi, arahan serta masukan dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini.
2. Seluruh dosen, staf tata usaha, dan staf laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, berbagai informasi, dan telah memberikan banyak pelajaran bagi penulis.
3. Bapak, ibu dan mertua yang selalu mendukung, mendoakan dan menyemangati saya.
4. Mas Muhammad Syauki yang selalu mendukung, mendoakan, dan selalu meneman begadang sampai pagi.

- 
5. Mbak Shinta, adek Andre dan keponakan kesayangan onty elvano yang memberikan semangat dan motivasi.
 6. Bapak Mardi Waluyo, Bapak Subagio, Bapak Wahyu Lesmana, dan Bapak Ferry Taufik Hidayat sebagai atasan saya.
 7. Untuk teman-teman kerja mas Okky, adek Lutfi, mas Rozaq, mas Yeyen, mbak Atul, mas Rangga yang selalu menemani.
 8. Untuk adek Intan yang selalu memberikan support, dukungan serta semangat sampai skripsi ini selesai.
 9. Untuk teman-teman saya Alfian Angga, mas Hary, mbak Rondhiyah, Fadila, Arienta, Dahlia, Nor Azizah, Indri, Wulan, Yayang, yang mendukung saya dengan cara masing-masing dan selalu aku repotkan.
 10. Mas Slamet, mbak Maria, mas Rizal, dan mbak Farida serta ponakan yang selalu mendoakan.
 11. Untuk teman-teman psikologi B dan Psikologi Non Reguler angkatan 2016 sebagai teman seperjuangan.
 12. Untuk PT. X yang telah memberikan izin dan tempat untuk melakukan penelitian ini.
 13. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu setiap proses yang dilakukan penulis dalam menyelesaikan skripsi serta orang-orang yang terlibat dalam kegiatan sehari-hari penulis.

Semua yang telah mendukung proses pembuatan skripsi ini, saya ucapkan terima kasih, semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT. Semoga karya ini memberi manfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya tentang psikologi industri dan

organisasi yang berkaitan dengan *hardiness*, *locus of control eksternal*, dan *burnout*.

Kudus, 13 Agustus 2022

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Burnout</i>	10
1. Pengertian <i>Burnout</i>	10
2. Aspek-aspek <i>Burnout</i>	11
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	13
B. <i>Hardiness</i>	19
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	19

2.	Aspek-aspek <i>Hardiness</i>	19
C.	<i>Locus of Control Eksternal</i>	22
1.	Pengertian <i>Locus of Control Eksternal</i>	23
2.	Aspek-aspek <i>Locus of Control Eksternal</i>	23
D.	Hubungan antara <i>Hardiness</i> dan <i>Locus of Control Eksternal</i> dengan <i>Burnout</i>	25
E.	Hipotesis	29

BAB III METODE PENELITIAN

A.	Identifikasi Variabel.....	31
B.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
1.	<i>Burnout</i>	31
2.	<i>Hardiness</i>	32
3.	<i>Locus of Control Eksternal</i>	32
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	33
1.	Populasi	33
2.	Pengambilan Sampel	33
D.	Metode Pengumpulan Data.....	34
1.	Skala <i>Burnout</i>	34
2.	Skala <i>Hardiness</i>	35
3.	Skala <i>Locus of Control Eksternal</i>	36
E.	Validitas dan Reliabilitas.....	37
1.	Validitas.....	37
2.	Reliabilitas	38

F.	Metode Analisis Data	38
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN		
A.	Orientasi Kancah Penelitian	40
B.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	40
1.	Persiapan Alat Ukur.....	40
2.	Perizinan Penelitian	43
3.	Pelaksanaan Penelitian	44
C.	Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....	44
1.	Perhitungan Validitas	44
2.	Perhitungan Reliabilitas.....	48
D.	Analisis Data.....	49
1.	Uji Normalitas	49
2.	Uji Linieritas.....	50
3.	Uji Hipotesis	51
E.	Pembahasan	53
BAB V PENUTUP		
A.	Kesimpulan	59
B.	Saran	59
DAFTAR PUSTAKA		61

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blue Print Skala Burnout</i>	34
Tabel 2	<i>Blue Print Skala Hardiness</i>	36
Tabel 3	<i>Blue Print Skala Locus of Control Eksternal</i>	37
Tabel 4	Sebaran Item Skala <i>Burnout</i>	41
Tabel 5	Sebaran Item Skala <i>Hardiness</i>	42
Tabel 6	Sebaran Item Skala <i>Locus of Control Eksternal</i>	43
Tabel 7	Sebaran Item Skala <i>Burnout</i> yang Valid dan Gugur	45
Tabel 8	Sebaran Item Skala <i>Hardiness</i> yang Valid dan Gugur.....	47
Tabel 9	Sebaran Item Skala <i>Locus of Control Eksternal</i> yang Valid dan Gugur.....	48
Tabel 10	Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 11	Hasil Uji Linieritas antara <i>Hardiness</i> dengan <i>Burnout</i>	50
Tabel 12	Hasil Uji Linieritas antara <i>Locus of Control Eksternal</i> dengan <i>Burnout</i>	50
Tabel 13	Hasil Uji Hipotesis Mayor	51
Tabel 14	Hasil Uji Hipotesis Minor <i>Hardiness</i> dengan <i>Burnout</i>	52
Tabel 15	Hasil Uji Hipotesis Minor <i>Locus of Control Eksternal</i> dengan <i>Burnout</i>	52

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. Data Kasar	67
A-1 Data Kasar <i>Hardiness</i>	68
A-2 Data Kasar <i>Locus of Control Eksternal</i>	70
A-3 Data Kasar <i>Burnout</i>	72
LAMPIRAN B. Validitas dan Reliabilitas.....	74
B-1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Burnout</i>	75
B-2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Hardiness</i>	79
B-3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Locus of Control Eksternal</i>	83
LAMPIRAN C. Data Valid.....	86
C-1 Data Valid <i>Hardiness</i>	87
C-2 Data Valid <i>Locus of Control Eksternal</i>	89
C-3 Data Valid <i>Burnout</i>	91
LAMPIRAN D. Uji Asumsi.....	93
D-1 Hasil Uji Normalitas	94
D-2 Hasil Uji Linieritas.....	95
D-3 Hasil Uji Hipotesis.....	97
LAMPIRAN E. Skala Penelitian	99
LAMPIRAN F. Surat Izin Penelitian.....	106
LAMPIRAN G. Form A, Form B, Form Screening Judul.....	107

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA HARDINESS DAN LOCUS OF CONTROL EKSTERNAL DENGAN BURNOUT

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *hardiness* dan *locus of control eksternal* secara simultan maupun parsial dengan *burnout*. Populasi penelitian ini adalah karyawan FLM PT. X, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dimana seluruh karyawan dijadikan sebagai subjek penelitian sejumlah 45 orang. Alat pengumpulan data adalah skala *hardiness*, skala *locus of control eksternal*, dan skala *burnout*. Metode analisis data yang digunakan adalah *multiple regression* dan *product moment*. Uji hipotesis mayor diperoleh nilai r_{x12y} sebesar 0,872 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan *locus of control eksternal* dengan *burnout* dengan sumbangannya efektif sebesar 76,0%. Uji hipotesis minor pertama diperoleh nilai r_{x1y} sebesar -0,814 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan *burnout* dengan sumbangannya efektif sebesar 66,2%. Sedangkan uji hipotesis minor kedua diperoleh nilai r_{x2y} sebesar 0,799 dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *locus of control eksternal* dengan *burnout* dengan sumbangannya efektif sebesar 63,9%.

Kata Kunci: Hardiness, Locus of Control Eksternal, dan Burnout

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN HARDINESS AND EXTERNAL LOCUS OF CONTROL WITH BURNOUT

This study to purpose determine empirically the relationship between hardiness and external locus of control simultaneously and partially with burnout. The population in this study were FLM employee of PT.X, while the sampling technique used is total sampling, where all of employee as the research subjects are 45 people. Data collection tools are hardiness scale, external locus of control scale, and burnout scale. The analytical method used is multiple regression and product moment. Major hypothesis test obtained r_{x12y} value of 0.872 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$) which means there is a very significant relationship between hardiness and external locus of control with burnout with an effective contribution of 76,0%. First minor hypothesis test obtained r_{x1y} value of -0.814 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$) which means that there is a very significant negative relationship between hardiness and burnout with an effective contribution of 66,2%. While the second minor hypothesis test obtained r_{x2y} value of 0.799 with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$) which means that there is a very significant positive relationship between external locus of control and burnout with an effective contribution of 63,9%.

Keyword: Hardiness, External Locus of Control, and Burnout