

**PENGARUH *RESILIENSI* TERHADAP *BURNOUT* PADA PEGAWAI UPT
BLK TULUNGAGUNG**



Disusun oleh:

Habibatul Muslimah

12308173072

JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI RAHMATULLAH

TULUNGAGUNG

2021

**PENGARUH *RESILIENSI* TERHADAP *BURNOUT* PADA PEGAWAI UPT
BLK TULUNGAGUNG**

**Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu Sarjana Psikologi (S.Psi.)**



Disusun oleh:

Habibatul Muslimah

12308173072

JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI RAHMATULLAH
TULUNGAGUNG**

2021



KEMENTERIAN AGAMA
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Jl. Mayor Sujadi Timur no.46 Telp.0355-321513 Tulungagung Jawa Timur 66221
Website: fuad.iain-tulungagung.ac.id e-mail: fuad@iain-tulungagung.ac.id

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul

**“Pengaruh *Resiliensi* Terhadap *Burnout* Pada Pegawai UPT BLK
Tulungagung”**

Yang disusun oleh :

Nama Mahasiswa : HABIBATUL MUSLIMAH

Nim : 12308173072

Fakultas : USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH

Jurusan/Prodi : PSIKOLOGI ISLAM

Disetujui untuk diajukan dalam ujian/sidang skripsi

Tulungagung, 17 Juli 2021

Mengetahui,

Ketua Jurusan

Dosen Pembimbing

Hj. Uswah Wardiana, M.Si

NIP.19700209 1999 03 2001

Germino Wahyu Broto, M.Si

NIP. 198003012014031001

LEMBAR PENGESAHAN
PENGARUH RESILIENSI TERHADAP BURNOUT PADA PEGAWAI UPT BLK
TULUNGAGUNG
SKRIPSI

Disusun Oleh

HABIBATUL MUSLIMAH
NIM. 12308173072

Telah diuji dan dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 19 Juli 2021 dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Strata Satu atau Sarjana Psikologi (S.Psi).

DewanPenguji

PengujiUtama

Mirna Wahyu Agustina, M. Psi
NIP. 198608222014032004

KetuaPenguji:

Lilik Rofiqoh, S. Hum. M.A
NIP. 198107212011012010

SekretarisPenguji:

Germi Wahyu Broto, M. Si
NIP. 198003012014031001

TandaTangan

()

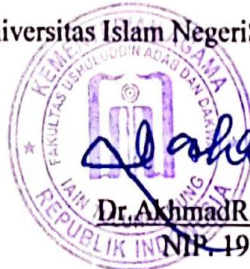
()

()

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A.
NIP. 197408292008011006

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Habibatul Muslimah

Nim : 12308173072

Jurusan : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dosen Pembimbing : Germino Wahyu Broto, M. Si

Judul Skripsi : Pengaruh *Resiliensi* Terhadap *Burnout* Pada Pegawai UPT
BLK Tulungagung.

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah benar-benar merupakan hasil penelitian atau karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang telah ditunjuk sebelumnya. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi hasil jiplakan saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Tulungagung, 08 Agustus 2021



Membuat Pernyataan

Habibatul Muslimah
NIM. 12308173072



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI TULUNGAGUNG
UPT PUSAT PERPUSTAKAAN
Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513, 321656 Faximile (0355) 321656
Website : <http://iain-tulungagung.ac.id>

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Habibatul Muslimah
NIM : 12308173072
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah
Jenis Karya Ilmiah : Jurnal Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada Pusat Perpustakaan IAIN Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (Jurnal) yang berjudul:

Pengaruh Resiliensi Terhadap Burnout Pada Pegawai UPT BLK Tulungagung

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Pusat Perpustakaan IAIN Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 8 Agustus 2021
Yang Menyatakan,




Habibatul Muslimah.
Namaterangdantandatangan

PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan hadirat-Nya, penulis dapat menyajikan Skripsi yang berjudul Pengaruh *Resiliensi* Terhadap *Burnout* Pada Pegawai UPT BLK Tulungagung dalam bentuk dan isi yang sangat sederhana. Semoga skripsi ini dapat dipergunakan sebagai salah satu acuan maupun pedoman bagi pembaca .

Sangat disadari bahwa dengan kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki penulis, oleh karena itu penulis mengharapkan saran yang membangun agar usulan ini bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya atas terselesainya perkuliahan dan skripsi kepada:

1. .Bapak Prof. Dr. Mafthukin, M. Ag. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Bapak Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Ibu Hj. Uswah Wardiana, M. Si. Selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
4. Bapak Germino Wahyu Broto, M.Si. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, nasehat, dan juga motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Kayatun, Bapak Slamet, Mbak Zulvy Salma Hanifah, Ragil Ayu Ningtyas, Bapak Bashori, dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan dukungan secara morel, materiel dan doa.
6. Semua guru dari TK sampai SMA dan dosen-dosen Psikologi Islam yang telah memberikan ilmu dan bimbingannya kepada penulis.
7. Pegawai UPT BLK Tulungagung yang telah banyak membantu selama proses penelitian skripsi.
8. Sahabat, teman-teman Psikologi Islam 2017, dan semua pihak yang telah membantu serta mendukung dari awal hingga terselesainya pendidikan strata 1.

Semoga Allah SWT membalas budi baik baik, ibu, dan saudara sekalian

Tulungagung, 8 Agustus 2021

Penulis

Habibatul Muslimah
NIM. 12308173072

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| LEMBAR PERSETUJUAN | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| SURAT PERNYATAAN | iii |
| SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .. | iv |
| PENGANTAR | v |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| <i>Abstark</i> | 1 |
| PENDAHULUAN..... | 2 |
| METODE dan HASIL | 8 |
| Uji Instrumen | 9 |
| Uji Prasyarat (Uji Asumsi Klasik)..... | 11 |
| Uji Hipotesis..... | 13 |
| DISKUSI | 15 |
| KESIMPULAN DAN SARAN | 16 |
| DAFTAR PUSTAKA | 16 |
| BIODATA PENULIS..... | 20 |
| LAMPIRAN..... | 21 |

Pengaruh *Resiliensi* Terhadap *Burnout* Pada Pegawai UPT BLK Tulungagung

Oleh:

Habibatul Muslimah

Germino Wahyu Broto, M.Si

Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

Email: habibatulm12@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan psikologis sering dijumpai di berbagai perusahaan atau instansi yang menjadikan kinerja pegawai menurun. Sebagai contohnya yaitu *burnout*. Sikap seorang pegawai ketika dihadapkan oleh pemasalahan tentunya juga berbeda-beda, pegawai yang memiliki *resiliensi* tinggi akan mudah beradaptasi, dan berhasil menjadikan persoalan yang sulit menjadi lebih mudah, selalu bersikap optimis dan positif. Tujuan utama penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh *resiliensi* terhadap *burnout* yang dialami oleh pegawai UPT BLK Tulungagung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan berbasis skala likert modifikasi dengan tanggapan 30 responden yang bekerja di kantor UPT BLK Tulungagung. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana, untuk memeriksa pengaruh variabel *resiliensi* terhadap variabel *burnout*. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa, nilai t hitung sebesar -4,655 dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$. Tanda (-) mengartikan bahwasanya ada pengaruh yang signifikan kearah negatif antara *resiliensi* terhadap *burnout*. *Resiliensi* yang tinggi dan menyumbangkan pengaruh ke arah negatif yang signifikan pada *burnout* sebesar 43,6%.

Kata kunci: *resiliensi, burnout*

ABSTRACT

Psychological problems are often found in various companies or agencies that make employee performance decline. An example is burnout. The attitude of an employee when faced with problems is of course also different, employees who have high resilience will easily adapt, and succeed in making difficult problems easier, always being optimistic and positive. The main purpose of this study was to determine the effect of resilience on burnout experienced by employees of UPT BLK Tulungagung. This study uses a quantitative method based on a modified Likert scale with the responses of 30 respondents who work at the UPT BLK Tulungagung office. The analytical technique used is simple linear regression, to examine the effect of the resilience variable on the burnout variable. The results of statistical analysis show that the t value is -4.655 with a sig. $0.000 < 0.05$. The sign (-) means that there is a significant negative effect between

resilience and burnout. High resilience and contribute to a significant negative effect on burnout of 43.6%.

Keywords: *resilience, burnout*

ملخص

غالبًا ما توجد مشاكل نفسية في العديد من الشركات أو الوكالات التي تجعل أداء الموظفين يتراجع. مثال على ذلك هو الإرهاق. يختلف موقف الموظف عند مواجهة المشكلات أيضًا ، فالموظفون الذين يتمتعون بمرونة عالية سوف يتكيفون بسهولة وينجحون في تسهيل المشكلات الصعبة ، ويكونون دائمًا متفائلين وإيجابيين. كان الغرض الرئيسي من هذه الدراسة هو تحديد تأثير المرونة على استخدام هذه الدراسة طريقة كمية تعتمد على مقياس UPT BLK Tulungagung. الإرهاق الذي يعاني منه موظفو الأسلوب التحليلي المستخدم. UPT BLK Tulungagung ليكرت المعدل مع ردود من ٣٠ مستجيبًا يعملون في مكتب t-count هو الانحدار الخطي البسيط ، لفحص تأثير متغير المرونة على متغير الإرهاق. تظهر نتائج التحليل الإحصائي أن قيمة هي $-4.750 > 0.000$. تشير العلامة (-) إلى وجود تأثير سلبي كبير بين المرونة والإرهاق. مرونة عالية ويساهم في إحداث تأثير سلبي كبير على الإرهاق بنسبة ٤٣.٦٪.

الكلمات الإشاري: المرونة ، الإرهاق

PENDAHULUAN

Banyak sekali fenomena-fenomena psikologis yang terjadi di lingkungan kerja seperti perusahaan ataupun pada instansi yang dapat mendorong para pekerjanya memunculkan permasalahan psikologis seperti ketidaknyamanan ataupun ketidakpuasan dalam bekerja yang berujung pada ketidakstabilan kinerja pegawai itu sendiri. Apalagi pada suatu instansi pemerintahan yang lebih difokuskan pada *outcome*/hasil pelayanan yang mampu memenuhi harapan dan kebutuhan masyarakat dengan baik (Sufitri, Stiawati, & Handayani 2018).

Salah satu instansi pemerintahan tersebut ialah Unit Pelaksana Teknis Balai Latihan Kerja atau sering disingkat dengan UPT BLK. UPT BLK ini bernaung pada Dinas Ketenagakerjaan daerah tertentu yang didirikan dengan tujuan untuk membantu mempersiapkan skill para tenaga kerja dan mengurangi angka pengangguran di Indonesia, tak terkecuali di Kabupaten Tulungagung Jawa Timur. UPT BLK Tulungagung diharapkan agar dapat meningkatkan mutu hidup masyarakat dengan menyediakan pelatihan kerja untuk mengembangkan standar kompetensi kerja pada pencari kerja supaya mempermudah mereka dalam memperoleh suatu pekerjaan.

Dengan adanya tuntutan harapan serta pemenuhan kebutuhan masyarakat ini lah yang diduga dapat memunculkan permasalahan psikologis seperti *burnout* pada para pegawai UPT BLK Tulungagung. Bernardin (1990) menuliskan *burnout* sebagai suatu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada individu yang bekerja di bidang pelayanan masyarakat atau *human services*. Hal ini juga sesuai dengan pegawai UPT BLK Tulungagung sebagai contoh instansi pemerintahan yang bekerja untuk masyarakat. *Burnout* merupakan salah satu reaksi *person-environment* yang dapat dikatakan baru dan dikenali oleh psikolog yang berada di bidang industri dan organisasi (Muchinsky, 1987).

Pendapat Kreitner dan Kinicki (2004) mengatakan lewat model stres, para karyawan menunjukkan munculnya stres secara psikologis atau disebut dengan *burnout*. *Burnout* juga merupakan salah satu fenomena psikologis yang berasal dari stres kerja yang menumpuk dan menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, serta munculnya rasa penghargaan diri yang rendah (Burke, & Richardsen, 2000). Hal ini juga didukung oleh penelitian Wijaya (2019) bahwa *burnout syndrome* memiliki pengaruh yang berartipada keseluruhan proses dan aktifitas karyawan ataupun perawat. *Burnout* adalah keadaan yang mana karyawan merasakan kelelahan terus menerus, merasa jenuh hingga merasakan *stress* yang intens hingga menarik diri dari pekerjaannya (Davis & Jhon, 1985). Laeque (2014) menyebutkan terdapat standar yang ditetapkan oleh perusahaan seperti peraturan, deadline kerja, gaji, keadaan lingkungan yang selalu dituntut untuk berkonsentrasi tinggi, maupun keadaan fisik yang baik, dapat menunjang munculnya dampak negatif ataupun positif pada karyawan. Merujuk pada hal itu, karyawan yang mengalami *burnout* dengan perasaan *self-esteem* serta *self-efficacy* yang rendah dapat menyebabkan karyawan mengalami stres yang intens serta berkepanjangan (Baron dan Greenberg 1990). Maslach dan Goldberg (1998) menerangkan bahwa *burnout* ialah gejala kelelahan secara emosional, kehilangan rasa kepemilikan identitas diri, dan rendahnya penghargaan diri sendiri (*low personal accomplishment*). Ditambahkan lagi oleh pernyataan Maslach dan Leiter

(2000), bahwa *burnout* merupakan sindrom psikologis berupa kelelahan, sinisme, dan ketidakefisienan dalam bekerja.

Maslach dan Goldberg (1998) menarik adanya 3 dimensi *burnout* antara lain: (1) Kelelahan (*exhaustion*) yangmana individu yang mengalami kelelahan akan cenderung berperilaku *overextended* dan akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan mereka. (2) Depersonalisasi(*depersonalization*) dimana adanya sikap negatif, seperti menjaga jarak dengan lingkungan sekitarnya, serta kurang perhatian dan kurang sensitive dengan kebutuhan orang lain. (3) Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (*low personal accomplishment*) dimana seorang pegawai tidak pernah merasa puas dengan apa yang telah dicapai. Dan justru mereka merasa tidak melakukan suatu hal yang bermanfaat bagi dirinya maupun untuk orang lain. Baron dan Greenberg (1995), menerangkan tentang adanya faktor yang dapat mempengaruhi *burnout*, yaitu internal berupa juga dipengaruhi oleh faktor eksternal dalam organisasi. Faktor internal meliputi usia, gender, harga diri, dan kepribadian individu. Dan pada faktor eksternal berupa lingkup kerja sekitar individu saat menjalankan tugas yang diberikan, dukungan sosial dari atasan, serta tuntutan beban yang pekerjaan. Pada penelitian yang dilakukan Khotimah, (2010) dapat membuktikan adanya hubungan negatif antara persepsi terhadap lingkungan kerja psikologis dengan *burnout*. Apabila persepsi terhadap lingkungan kerja psikologis suatu individu buruk, maka individu akan mengalami *burnout* yang tinggi, begitu sebaliknya semakin baik persepsi terhadap lingkungan kerja psikologisnya, maka induvidu akan mengalami *burnout* yang rendah.

Sehingga untuk mencegah munculnya *burnout* baiknya dengan lebih menguatkan diri terhadap beban kerja, tangguh ketika dihadapkan pada rasa lelah dan ketidakefektifan di tempat kerja, mampu mempertahankan diri dalam menghadapi *stress*, menahan emosi negatif, bersikap tenang, dan berpikiran positif, serta percaya pada kemampuannya untuk mendapatkan keberhasilan dalam menghadapi tuntutan dan tekanan ketika bekerja acap kali dibutuhkan. Sikap-sikap inilah yang disebut *resiliensi*. Pernyataan tersebut sesuai dengan Connor dan Davidson (2003) menuliskan bahwa *resiliensi* yakni kemampuan

seorang individu dalam beradaptasi dengan permasalahan yang ada, pantang menyerah, berhasil mengatasi *stress* dan kesulitan hidup. Dalam penelitian yang dilakukan Luthans, Vogelgesang, & Lester (2006) juga menyatakan jika *resiliensi* mampu menjadi faktor yang dibutuhkan untuk mengubah segala ancaman menjadi sebuah kesempatan untuk berkembang, dan beradaptasi demi perubahan yang lebih baik lagi. Connor dan Davidson (2003) menerangkan terdapat 5 dimensi yang ada pada *resiliensi* yakni: (1) Kompetensi personal, pada dimensi ini individu mampu berusaha dengan gigih demi mencapai tujuannya. (2) Percaya diri, individu yakin terhadap perasaan dan insting yang dimilikinya, memiliki toleransi adanya emosi negatif dalam diri sehingga semakin mampu untuk menghadapi *stress* dimasa yang akan datang. (3) Penerimaan positif, individu dapat beradaptasi terhadap perubahan kondisi yang dialami dan menjalin hubungan baik dengan orang lain. (3) Kontrol diri, individu mampu untuk mengontrol diri dengan mengatur emosi dan perilaku pada saat menghadapi situasi yang menekan. (4) Spiritual, individu tetap percaya terhadap Tuhan atas kejadian yang menimpa diri individu tersebut. Grotberg (2003) menuliskan tiga faktor untuk memunculkan sikap resilien pada penelitiannya , antara lain (1) *I Have*, yang merupakan sumber dukungan baik dengan keluarga, lingkungan sosial dengan rasa kepercayaan yang tinggi. (2) *I Am*, kemampuan individu yang merasa memiliki karakteristik tenggang rasa terhadap sesama, dan berusaha untuk selalu saling menyayangi kepada sesama. (3) *I Can*, yaitu kemampuan untuk melakukan hubungan sosial. Mereka yang memiliki kemampuan ini dengan baik dapat diartikan juga mempunyai kemampuan dalam komunikasi dan memecahkan masalah dengan baik juga. Seorang individu yang memiliki *resiliensi* yang tinggi, akan menunjukkan kesejahteraan psikologisnya dengan baik. Seperti penelitian Qolby, (2019) yang menyebutkan *resiliensi* memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis yang sangat signifikan, dengan menunjukkan semakin tinggi *resiliensi* pada individu, maka akan semakin tinggi juga kesejahteraan psikologisnya. Penelitian Widati dan Muafi, (2020) menjelaskan *Resiliensi* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja, berpengaruh negatif dengan munculnya keinginan untuk keluar dari pekerjaannya.

Seorang individu yang memiliki *resiliensi*, akan lebih mudah memperoleh keberhasilan juga kesenangan dalam mencapai usahanya ataupun ketika dihadapkan pada masalah. Hal tersebut sesuai dengan ayat yang ada pada (QS. Al-Insyirah, ayat: 1-8)

الْمُنشَرِّحًا كَصَدْرِكَ ۖ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۖ
الَّذِينَ أَقْبَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا كَعْبِكَ فَإِنَّمَا أَصْحَابَكُم
يُسْرًا ۖ إِنَّمَا عَسْرُ يُسْرًا إِذَا قَرَعْتَ الْعُنُقَ ۖ وَالذِّكْرُ بَكْفَارٍ ۖ

Artinya: Bukankah kami telah melapangkan dadamu (Muhammad)? Dan kami telah menurunkan bebanmu darimu. Yang memberatkan punggungmu, dan kami tinggikan sebutan (nama) mu bagimu. Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu-lah engkau berharap.

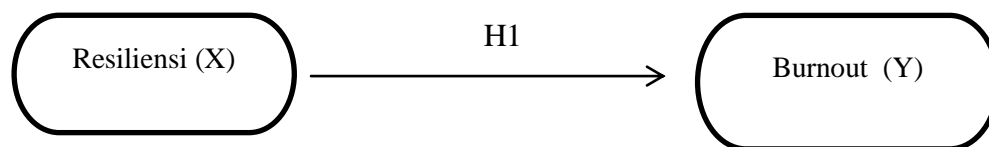
Penelitian yang dilakukan Arrogante (2014) menunjukkan hasil bahwa *resiliensi* tidak hanya penting dalam hal meningkatkan kesehatan mental staf perawat, tetapi juga untuk menyangga dan meminimalkan konsekuensi negatif yang berisiko dari stres kerja yang mereka hadapi, dengan hasil yang paling merugikan adalah munculnya tanda-tanda *burnout*. Tidak hanya itu, riset yang dilakukan Kristiani, (2015) memberikan hasil bahwa *resiliensi* memberikan dampak efektif pada *burnout* sebesar 10,5%. Treglown, Palaiou, Zarola & Furnham (2016) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa *resiliensi* yang dimanifestasikan dapat mempengaruhi potensi pengembangan *burnout*, jika *resiliensi* yang dimiliki tinggi maka dapat memungkinkan untuk mengurangi dampak terjadinya *burnout*. Selain itu, efek dari ketekunan dalam mengurangi risiko *burnout* pada individu bergantung pada tingkat *resiliensi* yang tinggi. Sehingga untuk mencegah terjadinya *burnout*, maka individu juga harus memiliki sikap resilien yang lebih tinggi. Penelitian Kutluturkan, Sozeri, Uysal, dan Bay (2016) menerangkan untuk mengurangi pengalaman *burnout*, seharusnya mereka tidak mengalami kelelahan emosional dan lebih meningkatkan pencapaian pribadi pada individu tersebut. Dan ditemukan bahwa untuk mengurangi pengalaman tersebut dengan lebih meningkatkan *resiliensinya*, dan perlunya didukung dalam gaya terstruktur, persepsi masa depan, serta persepsi dalam diri individu. Kekuatan pribadi seperti sikap optimis, dan tumbuhnya dukungan sosial, dan

meningkatnya *resiliensi* secara signifikan mampu mengurangi *burnout* pada petugas masyarakatan (Klinoff, Van Hasselt, Black, Masias, & Couwels 2018).

Dari penelitian sebelum-sebelumnya, mendeskripsikan bahwa adanya pengaruh antara *resiliensi* terhadap *burnout* dari berbagai subjek dan juga tempat penelitian. Penelitian ini hendaklah dapat memberikan kontribusi baru yang bisa digunakan untuk menambah informasi dan wawasan di bidang Ilmu Psikologi Industri dan Organisasi. Terdapat perbedaan pada penelitian ini dengan sebelumnya yakni memiliki fokus subjek yaitu pegawai UPT BLK Tulungagung.

Hal diatas juga menimbulkan kerangka pemikiran bahwa *burnout* dapat menimbulkan efek ketidakpuasan yang berkepanjangan yang nantinya juga dapat mempengaruhi kondisi pegawai. Sejalan dengan pendapat Talae et al. (2020) menuturkan *burnout* bisa mengarah pada berkurangnya produktivitas kerja, dan merupakan pandangan dari usaha yang terlalu tinggi di tempat kerja dengan munculnya peluang untuk *recovery* yang terbatas (Talae dkk., 2020). Sehingga cara yang efektif untuk menghindarinya dengan meneguhkan sikap *resilien* pada diri pegawai. Agar segala permasalahan di tempat kerja tidak menimbulkan kecemasan, yang mana hal tersebut nantinya dapat berimbas pada seluruh kegiatan ataupun motivasi pegawai saat bekerja.

Berikut ialah kerangka variabel yang mendasari pada kerangka pemikiran:



Gambar1. Kerangka konseptual pada variabel penelitian

Sehingga berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh antara *resiliensi* terhadap *burnout* pada pegawai UPT BLK Tulungagung. Dengan hipotesis:

Ha: adanya pengaruh yang signifikan antara *resiliensi* terhadap *burnout*

Ho: tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *resiliensi* terhadap *burnout*.

METODE

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. menurut Azwar (2013) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang proses analisisnya berupa data dan angka-angka yang selanjutnya diolah dengan metode statistik. Terdapat 2 variable yang menjadi fokus pada penelitian ini. yaitu: variable X *Resiliensi*, variable Y *burnout*.

Subjek pada penelitian ini adalah pegawai UPT BLK Tulungagung. Dengan jumlah sebanyak 40. Karena subjek kurang dari 100, sehingga keseluruhan populasi akan dijadikan sampel (Arikunto 2002). Dengan pemilihan sampel dengan metode *non probability sampling*, dan teknik yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan adanya batasan kriteria, yakni subjek bersedia mengisi dan mengembalikan skala penelitian.

Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala *likert* modifikasi. Di dalam skala tersebut telah disusun pernyataan yang dibuat dan disesuaikan berdasarkan definisi operasional, dimensi dan indikator yang sesuai dengan teori utama variabel, yakni variabel X *resiliensi* dan variabel Y *burnout*. Terdapat variasi jawaban pada setiap pernyataan yang telah dibuat antara lain: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). (Azwar, 2019).

Adapun prosedur-prosedur penelitian yang dilakukan yaitu, melakukan studi literatur dari berbagai jurnal untuk memperoleh teori-teori ataupun referensi instrumen yang dijadikan acuan untuk melakukan penelitian ini. Setelah menetapkan teori, langkah selanjutnya ialah membuat alat ukur. Pembuatan alat ukur diawali dengan menentukan definisi operasional, dilanjutkan penyesuaian dimensi dan indikator berdasarkan teori utama. Berikutnya pembuatan aitem yang kemudian dilakukannya proses uji validitas isi oleh penilai yang kompeten (*expert judgment*). Dalam hal ini peneliti memilih para dosen psikologi yang sudah berkompeten di bidang metode penelitian, statistik serta psikologi industri dan organisasi. Penilaian para *expert judgment* berpatokan pada koefisien validitas isi *Aiken's V* (Azwar, 2019). Dari hasil penghitungan penilaian para *expert*

judgment tersebut kemudian dilakukannya proses eliminasi pertama pada aitem-aitem yang memiliki nilai rendah berdasarkan rumus $V = \sum s / [n(c-1)]$ dan nilai tabel rating *Aiken's V*.

Proses selanjutnya, yaitu aitem-aitem yang lolos di lakukan evaluasi empirik kepada 30 responden yang mana responden tersebut memiliki karakteristik yang setara dengan subjek sesungguhnya pada penelitian ini (Azwar, 2019). Perbedaan responden yang digunakan saat *try-out* dengan pengambilan data bertujuan agar sampel pada penelitian tidak melakukan pengerjaan kedua kalinya untuk menghindari merekam jawaban yang sama.

Uji Instrumen

Untuk uji intrumen pada skala penelitian menggunakan uji reliabilitas dan uji daya diskriminasi aitem menggunakan *SPSS 16.0 for Windows*. Pada proses ini dilakukan sebanyak 3 kali sampai seluruh variabel menunjukkan angka Cronbach's ($> 0,700$) sehingga dikatakan reliabel dan keseluruhan aitem memiliki nilai diskriminasi ($r_{ix} = \geq 30$).

Uji Reliabilitas

Tabel 1: Uji Reliabilitas

| Variabel | Cronbach's Alpha | Keterangan |
|-------------------|------------------|------------|
| <i>Resiliensi</i> | .898 | Reliabel |
| <i>Burnout</i> | .914 | Reliabel |

Pada tabel diatas dapat dikatakan bahwa variabel pada penelitian ini dikatakan reliabel karena nilai *Cronbach's Alpha* yaitu $\geq 0,700$.

Uji Validitas

Tabel 2: Validitas variabel *resiliensi*

| | Corrected Item- Total Correlation | Standard r tabel (Azwar) | keterangan |
|--------|--------------------------------------|-----------------------------|------------|
| aitem1 | .573 | 0.300 | Valid |
| Aitem2 | .493 | 0.300 | Valid |
| Aitem3 | .388 | 0.300 | valid |
| Aitem4 | .598 | 0.300 | valid |
| Aitem5 | .388 | 0.300 | valid |

| | | | |
|---------|------|-------|-------|
| Aitem6 | .324 | 0.300 | valid |
| Aitem7 | .464 | 0.300 | valid |
| Aitem8 | .534 | 0.300 | valid |
| Aitem9 | .424 | 0.300 | Valid |
| Aitem10 | .501 | 0.300 | Valid |
| Aitem11 | .439 | 0.300 | valid |
| Aitem12 | .543 | 0.300 | valid |
| Aitem13 | .529 | 0.300 | valid |
| Aitem14 | .466 | 0.300 | valid |
| Aitem15 | .449 | 0.300 | valid |
| Aitem16 | .386 | 0.300 | valid |
| Aitem17 | .400 | 0.300 | valid |
| Aitem18 | .522 | 0.300 | valid |
| Aitem19 | .475 | 0.300 | valid |
| Aitem20 | .343 | 0.300 | valid |
| Aitem21 | .478 | 0.300 | valid |
| Aitem22 | .447 | 0.300 | valid |
| Aitem23 | .492 | 0.300 | valid |
| Aitem24 | .611 | 0.300 | valid |
| Aitem25 | .516 | 0.300 | valid |
| Aitem26 | .370 | 0.300 | valid |
| Aitem27 | .611 | 0.300 | valid |
| Aitem28 | .559 | 0.300 | valid |

Pada tabel diatas dapat diketahui nilai ($r_{ix} = \geq 30$), dapat diartikan bahwa keseluruhan aitem pada variabel *resliensi* valid dan dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

Tabel 3: Validitas variabel *resiliensi*

| | Corrected Item- Total Correlation | Standard r tabel (Azwar) | keterangan |
|--------|--------------------------------------|-----------------------------|------------|
| aitem1 | .590 | 0.300 | Valid |
| Aitem2 | .322 | 0.300 | Valid |
| Aitem3 | .655 | 0.300 | valid |
| Aitem4 | .760 | 0.300 | valid |

| | | | |
|---------|------|-------|-------|
| Aitem5 | .508 | 0.300 | valid |
| Aitem6 | .577 | 0.300 | valid |
| Aitem7 | .736 | 0.300 | valid |
| Aitem8 | .792 | 0.300 | valid |
| Aitem9 | .670 | 0.300 | Valid |
| Aitem10 | .437 | 0.300 | Valid |
| Aitem11 | .792 | 0.300 | valid |
| Aitem12 | .330 | 0.300 | valid |
| Aitem13 | .666 | 0.300 | valid |
| Aitem14 | .625 | 0.300 | valid |
| Aitem15 | .499 | 0.300 | valid |
| Aitem16 | .316 | 0.300 | valid |
| Aitem17 | .419 | 0.300 | valid |
| Aitem18 | .522 | 0.300 | valid |
| Aitem19 | .575 | 0.300 | valid |
| Aitem20 | .699 | 0.300 | valid |

Pada tabel diatas dapat diketahui nilai ($r_{ix} = \geq 30$), dapat diartikan bahwa keseluruhan aitem pada variabel *resliensi* valid dan dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

Proses selanjutnya adalah proses pengambilan data yang sebenarnya di UPT BLK Tulungagung pada seluruh populasi atau pegawai disana menggunakan aitem pada variabel *resiliensi* dan *burnout* yang telah diuji kevalidan dan reliabelnya.

Uji Prasyarat (Uji Asumsi Klasik)

langkah selanjutnya pada penelitian ini adalah melakukan uji prasyarat atau uji asumsi klasik berupa uji normalitas, dan uji heteroskedastisitas, uji linieritas. Proses analisisdata pada uji prasyarat ini memanfaatkan bantuan dari aplikasi program *SPSS* versi 16.

Uji normalitas

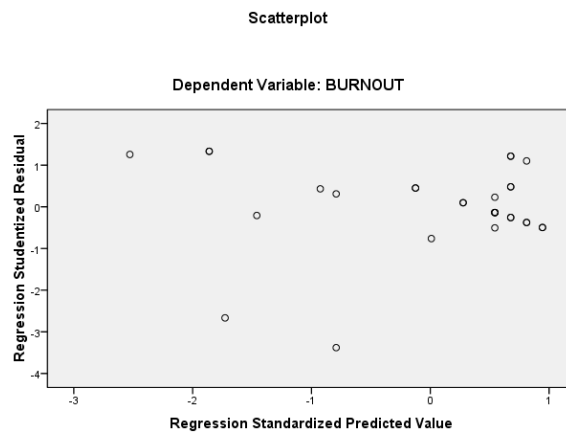
Tabel 4: Uji normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | Unstandardized Residual |
|------------------------------------|----------------|-------------------------|
| N | | 30 |
| Normal Parameters ^a | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 2.73889648 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .208 |
| | Positive | .117 |
| | Negative | -.208 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | 1.138 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .150 |
| a. Test distribution is Normal. | | |

Berdasarkan tabel uji normalitas *one sample kolmogorov smirov test* terdapat nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,150 adalah berdistribusi normal. Hal ini dikarenakan nilai *Asymp Sig. (2-tailed)* > 0,05.

Uji heteroskedastisitas

Gambar 2: Uji heteroskedastisitas *resiliensi* terhadap *burnout*



Dari tabel diatas diketahui bahwa terdapat pola yang menyebar diatas dan dibawah sumbu 0-Y. Maka dapat dikatakan bahwa variabel ini tidak terjadi heteroskedastitas. Hal ini sesuai dengan pernyataan Ghozali (2013) jika tidak ada

pola yang jelas, dan titik-titik menyebar diatas maupun dibawah pada sumbu 0-Y, dapat dipastikan tidak terjadi heteroskedastisitas.

Uji Linieritas

Tabel 5: Uji linieritas

| ANOVA Table | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------------------------|----------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| BURNOUT * RESILIENSI | Between Groups | (Combined) | 307.200 | 12 | 25.600 | 5.532 | .001 |
| | | Linearity | 168.322 | 1 | 168.322 | 36.375 | .000 |
| | | Deviation from Linearity | 138.878 | 11 | 12.625 | 2.728 | .031 |
| | Within Groups | | 78.667 | 17 | 4.627 | | |
| | Total | | 385.867 | 29 | | | |

Hasil tabel diatas untuk melihat tingkat signifikansi pada uji linieritas variable X *resiliensi* terhadap Y *burnout*, menunjukkan hasil *linearity* sebesar 0,000. Dengan ketentuan *sig* pada *linearity* < 0,05. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari semua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier.

Uji Hipotesis

Kemudian langkah terakhir yaitu melakukan uji hipotesis berupa uji hipotesis yaitu uji regresi linier sederhana variabel X *resiliensi* terhadap variabel Y *burnout* dengan nilai berdasarkan *coefficients* nilai *Sig*. Jika nilai *Sig* < 0,05 maka terdapat pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). uji-T (uji parsial) untuk menguji seperti bagaimana pengaruh pada variabel independen dengan sendiri-sendiri pada variabel dependen. Proses analisis data pada uji hipotesis ini memanfaatkan bantuan dari aplikasi program SPSS versi 16.

Uji Regresi Linier Sederhana

Tabel 6: Model Summary

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | .660 ^a | .436 | .416 | 2.787 |

a. Predictors: (Constant), RESILIENSI

b. Dependent Variable: BURNOUT

Pada tabel diatas merupakan nilai korelasi atau hubungan (R) sebesar 0,660. Dan diperoleh koefisien determinasi (R Square) 0,436. Hal ini diartikan

bahwa terdapat pengaruh pada variable X *resiliensi* terhadap Y *burnout* sebesar 43,6%.

Tabel 7: ANOVA

| Model | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-------|------------|----------------|----|-------------|--------|-------------------|
| 1 | Regression | 168.322 | 1 | 168.322 | 21.664 | .000 ^a |
| | Residual | 217.545 | 28 | 7.769 | | |
| | Total | 385.867 | 29 | | | |

a. Predictors: (Constant), RESILIENSI

b. Dependent Variable: BURNOUT

Pada tabel 8 ini merupakan output dari nilai F hitung sebesar 21,664 dengan nilai *sig.* $0,000 < 0,05$. berarti pada model regresi ini memiliki pengaruh variable *resiliensi* terhadap variable *burnout*, dan hipotesis awal pada penelitian ini diterima.

Uji-T (Parsial)

Tabel 8: uji-T

| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | T | Sig. |
|-------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 67.403 | 6.109 | | 11.033 | .000 |
| | RESILIENSI | -.322 | .069 | -.660 | -4.655 | .000 |

a. Dependent Variable: BURNOUT

Pada tabel 9 diatas menunjukkan hasil analisis regresi pada nilai t hitung - 4,655 dengan *sig.* $0,000 < 0,05$. Tanda (-) mengartikan bahwa variabel independen berpengaruh ke arah negatif terhadap variabel dependen. Maka dapat diartikan adanya pengaruh yang signifikan kearah negatif antara *resiliensi* terhadap *burnout*. Dengan nilai (*beta*) *Unstandardized Coefficients* sebesar -0,660 yang berarti besaran koefisien *resiliensi* terhadap *job insecurity* sebesar -66%. Sehingga dapat diartikan apabila *resiliensi* pada pegawai UPT BLK tinggi maka *burnout*-nya menurun. Begitu sebaliknya apabila *resiliensi* yang dimiliki menurun, maka *burnout* akan tinggi.

DISKUSI

Dari pemaparan hasil penelitian diatas, diketahui jika adanya pengaruh yang signifikan kearah negatif antara *resiliensi* terhadap *burnout* pada pegawai UPT BLK Tulungagung sebesar -66% dengan hasil nilai t hitung sebesar -4,655 dengan *sig.* $0,000 < 0,05$. Hal tersebut juga berarti bahwa jika *resiliensi* pada pegawai tinggi maka *burnout* menurun. Dan apabila *resiliensi* yang dimiliki menurun, maka *burnout* pada pegawai akan tinggi.

Penelitian lain membahas mengenai variabel sama yakni *resiliensi* terhadap *burnout* yaitu milik Kristiani (2015) menunjukkan hasil bahwa *resiliensi* terbukti memberikan bantuan efektif terhadap burnout sebesar 10,5%. Secara deskriptif, dikatakan bahwa 72% perawat mempunyai *burnout* sangatrendah, 27% perawat mempunyai *burnout* rendah, dan 1% perawat mempunyai *burnout* sedang. Hasil ini juga diikuti perawat mempunyai *resiliensi* yang sangat tinggi sebesar 56%, tinggi 42% , dan 2% memiliki tingkat resiliensi sedang.dari hasil diskriptif tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa jika *resiliensi* tinggi maka *burnout* yang dimiliki adalah rendah. Persamaan hasil penelitian lain yang membahas mengenai *resiliensi* terhadap *burnout*. juga dilakukan oleh Arrogante (2014) Hasilnya menunjukkan bahwa kesehatan mental berhubungan negatif dengan 3 aspek *burnout* dan berhubungan secara positif dengan *resiliensi*. Dengan kesimpulan *resiliensi* tidak hanya penting dalam meningkatkan kesehatan mental staf perawat, namun juga untuk menyangga dan meminimalkan konsekuensi negatif yang berisiko terjadinya stres kerja yang dihadapi oleh para perawat, dengan hasil yang paling merugikan adalah munculnya tanda-tanda *burnout*.

Bersumber dari hasil penelitian ini diketahui bahwa pegawai UPT BLK Tulungagung memiliki *resiliensi* yang tinggi dan berpengaruh ke arah negative yang signifikan pada *burnout* sebesar 43,6%. Dan sisanya dipengaruhi dengan variable lain yang tidak di teliti dalam penelitian ini. Hasil dari penelitian ini terbukti bahwa resiliensi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* pada pegawai UPT BLK Tulungagung rendah. Hal itu terjadi karena pegawai

BLK Tulungagung memiliki rentang lama bekerja lebih dari 5 tahun, dari data responden pada penelitian ini terdapat sebanyak 70% atau 21 responden yang telah bekerja lebih dari 5 tahun, sisanya hanya 20% atau 6 responden yang bekerja selama 2-5 tahun, dan 10% atau 3 responden saja yang bekerja kurang dari 1 tahun. Hal tersebut dapat menerangkan responden dengan waktu kerja paling lama akan mudah beradaptasi dengan kebiasaan ataupun permasalahan di tempat kerja dan mampu untuk bersikap optimis. Bosman, dan Buitendach (2005) menunjukkan orang yang memiliki sikap optimis yang tinggi dapat melihat pengalaman *stress* dari sudut pandang yang positif. Sehingga dari sikap optimis tersebut dapat lebih mudah membantu untuk mengatasi perasaan *burnout*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Resiliensi merupakan suatu sikap yang harus ditanamkan di setiap individu. Dengan memiliki sikap *resiliensi* dapat mendorong individu lebih kuat dan tangguh dalam menghadapi permasalahan ataupun konflik di tempat kerja, dan dapat menjauhkan diri dari *burnout*. Dari hasil pengujian statistik pada penelitian ini dapat menjawab hipotesis bahwa *resiliensi* mempunyai pengaruh yang signifikan kearah negatif terhadap *burnout* pada pegawai UPT BLK Tulungagung. Sehingga hipotesis awal (H_a) pada penelitian ini diterima.

Sesuai dengan hasil penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran kepada instansi yang terkait untuk memberikan tambahan dorongan motivasi kepada pegawai agar semakin giat dalam bekerja, dan meningkatkan *resiliensi*. Selain itu agar mereka dapat bekerja secara professional tanpa memiliki rasa ketidakamanan kerja dan *burnout*.

Dan untuk peneliti selanjutnya supaya lebih memperhatikan dan memperbanyak referensi teori yang lain untuk mengembangkan instrument supaya lebih baik. Selain itu ukuran sampel dapat diperbesar serta beragam dari organisasi ataupun industri yang berbeda untuk meningkatkan generalisasi hasil.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2002). Metodologi penelitian suatu pendekatan proposal. *Jakarta: PT. Rineka Cipta.*

- Arrogante, Ó. (2014). Mediator effect of resilience between burnout and health in nursing staff. *Enfermeria clinica*, 24(5), 283-289.
- Azwar, S. (2013). *Sikap manusia dan pengukurannya*. Yogyakarta. Pusat Belajar Offset.
- Azwar, S. (2019). *Skala Penyusunan Psikologi Edisi 2 cetakan XIV*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Greenberg, J. (1990). *Behavior in organizations: Understanding and managing the human side of work* (Vol. 1). Allyn & Bacon.
- Bernardin, J.H. 1990. *Human Resources Management: An Experiential Approach*. Singapore: McGraw-Hill Book. Coy.
- Bosman, J., & Buitendach, J. H. (2005). Work locus of control and dispositional optimism as antecedents to job insecurity. *SA Journal of Industrial Psychology*, 31(4), 17-23.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor- Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Davis, K., & Newstrom, J. W. (1985). *Perilaku dalam organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi analisis multivariate dengan program*. Edisi Ketujuh. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Khotimah, K. (2010). *Hubungan antara persepsi terhadap lingkungan kerja psikologis dengan burnout pada perawat RSUD Budi Rahayu Pekalongan* (Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro).
- Klinoff, V. A., Van Hasselt, V. B., Black, R. A., Masias, E. V., & Couwels, J. (2018). The assessment of resilience and burnout in correctional officers. *Criminal Justice and Behavior*, 45(8), 1213-1233.
- Kreitner, Robert and Angelo Kinichi. 2009. *Organizational Behavior. 9th Edition*. The McGraw-Hill Companies Inc. New York.

- Kristiani, I.(2015).Pengaruh resiliensi terhadap *burnout* pada perawat rumah sakit a dan rumah sakit p di surabaya (*Doctoral Dissertation, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya*)
- Kutlurkan, S., Sozeri, E., Uysal, N., & Bay, F. (2016). Resilience and burnout status among nurses working in oncology. *Annals of general psychiatry, 15*(1), 1-9.
- Laeque, S. H. (2014). Role of work-family conflict in job burnout: Support from the banking sector of Pakistan. *International Letters of Social and Humanistic Sciences, (40)*, 1-12.
- Leiter, M. P., & Maslach, C. (2000). Burnout and health. *Handbook of health psychology, 415-426*.
- Leiter, M. P., Maslach, C., & Frame, K. (2014). Burnout. *The encyclopedia of clinical psychology, 1-7*.
- <https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp142>
- Luthans, F., Vogelgesang, G. R., & Lester, P. B. (2006). Developing the psychological capital of resiliency. *Human resource development review, 5*(1), 25-44.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior, 2*(2), 99-113.
- <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New prespectives. *Applied and Preventive Psychology, (7)*, 63-74.
- [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)
- Qolby, A. R. C. (2019). Pengaruh resiliensi terhadap kesejahteraan psikologis dimoderasi kepribadian conscientiousness (*Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang*).
- Sufitri, D. M., Stiawati, T., & Handayani, R. (2018). Kinerja unit pelaksana teknis daerah balai latihan kerja (uptd blk) kota tangerang (*Doctoral dissertation, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*).

- Treglown, L., Palaiou, K., Zarola, A., & Furnham, A. (2016). The dark side of resilience and burnout: a moderation-mediation model. *PloS one*, *11*(6), e0156279.
- Talae, N., Varahram, M., Jamaati, H., Salimi, A., Attarchi, M., Kazempour dizaji, M., ... Seyedmehdi, S. M. (2020). Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: validation of a questionnaire. *Journal of Public Health (Germany)*.
- <https://doi.org/10.1007/s10389-020-01313-z>.
- Widati, M. A., & Muafi, M. (2020). Analisis pengaruh makna kerja dan resiliensi terhadap intention to leave yang dimediasi oleh kepuasan kerja. *Jbti: Jurnal Bisnis: Teori dan Implementasi*, *11*(2), 149-166.
- Wijaya, C. P. (2019). Pengaruh Burnout Syndrome Terhadap Proses Asuhan Keperawatan (Studi Pada Perawat Rumah Sakit Medika Utama Blitar). *REVITALISASI: Jurnal Ilmu Manajemen*, *5*(3), 23-36.



CURRICULUM VITAE

BIODATA

Nama : Habibatul Muslimah
TTL : Tulungagung, 23 April 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status : Mahasiswa
Alamat : Jl. Sukun, Dsn. Kedung Bendo RT 004 / RW 001,
Ds. Kepuh, Kec. Boyolangu, Kab. Tulungagung,
66234
Nomor Telepon : +6281556822353
Email : habibatulm12@gmail.com

PENDIDIKAN

- (200-2005) TK Dharma Wanita
- (2005-2011) KepuhSD Negeri 2 Kepuh
- (2011-2014) SMP Negeri 6 Tulungagung
- (2014-2017) SMA Negeri 1 Karangrejo
- (2017-Sekarang) UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

HARD SKILL

Microsoft Office Word, Excel, Power Point

**L
A
M
P
I
R
A
N**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI TULUNGAGUNG
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
Jalan Mayor Sujadi Timur 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513 Fax. (0355) 321656
Website: fuad.iain-tulungagung.ac.id E-mail: fuad@iain-tulungagung.ac.id

Nomor : 89 /In.12/F.III/TL.01/02/2021
Lampiran : -
Hal : IZIN PENELITIAN

16 Februari 2021

Yth. Pimpinan Dealer Honda Tulungagung

Di -
Tulungagung

Assalamualaikum wr. wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir program sarjana (S1) maka setiap mahasiswa diwajibkan menyusun skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, kami berharap dengan hormat atas kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa berikut ini:

Nama : Habibatul Muslimah
NIM : 12308173072
Jurusan : Psikologi Islam
Telepon : 081556822353
Waktu Penelitian : 21 Februari s/d 31 Maret 2021

Untuk melakukan penelitian di instansi/lembaga Bapak, dengan judul skripsi "Pengaruh Resiliensi terhadap Job Insecurity dan Brunout pada Pegawai UPT BLK Tulungagung".

Demikian surat ini atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum wr. wb.



Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A.
NIP. 197408292008011006

- Tembusan:
1. Rektor IAIN Tulungagung sebagai laporan;
 2. Yang bersangkutan sebagai pegangan.

A. Ketentuan Penilaian Skala Penelitian

Skala ini menggunakan jenis skala *likert* modifikasi, menggunakan 4 variasi jawaban dengan kriteria penilaian sebagai berikut:

| Variasi Jawaban | Score | |
|---------------------|-----------|-------------|
| | Favorabel | Unfavorabel |
| Sangat Sesuai | 4 | 1 |
| Sesuai | 3 | 2 |
| Tidak Sesuai | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Sesuai | 1 | 4 |

B. Kategorisasi Responden

Isilah identitas anda pada tempat yang tertera:

Nama :
Jenis kelamin : laki-laki Perempuan
Usia :
Status Kepegawaian : PNS outsourcing
 PTT lainnya:.....
Posisi/Jabatan :
Lama bekerja : < 1 tahun > 5 tahun
 2-5 tahun

1. Bacalah dengan teliti dan cermat setiap pernyataan yang ada
2. Jawablah semua pernyataan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi responden saat ini.
4. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (\surd) pada salah jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Saya adalah pegawai UPT BLK Tulungagung | | √ | | |

Blueprint Skala Resiliensi

| Dimensi | Indikator | favorabel | unfavorabel | total | Bobot (%) |
|------------------------|--|-----------|-------------|-------|-----------|
| Kompetensi personal | Tetap tenang dalam tekanan | 3,11 | 9,17 | 4 | 14% |
| | tidak mudah putus asa(pantang menyerah) | 20, | 8,13, | 3 | 11% |
| Percaya diri | Memiliki keyakinan pada diri sendiri untuk menyelesaikan masalah | 1,44, | | 2 | 7% |
| | Dapat melakukan coping terhadap stres | 24, | 42,34,39 | 4 | 14% |
| Penerimaan positif | mengapresiasisegala bentuk pengalaman secara positif | 15,7 | 25,30 | 4 | 14% |
| | Tetap menjaga hubungan baik di lingkungan bekerja | 16, | | 1 | 4% |
| Kontrol diri | Mampu mengendalikan diri dari segala situasi | 40 | 31,45 | 3 | 11% |
| | Dapat menunjukkan usaha dan kerja keras | 26 | 23 | 2 | 7% |
| Spiritual | Memiliki keyakinan yang utuh kepada Tuhan | 33 | 43 | 2 | 7% |
| | percaya akan segala kejadian/ takdir | 35,28,36 | | 3 | 11% |
| Total aitem yang lolos | | | | 28 | |

Skala Resiliensi

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1 | Saya yakin akan kemampuan saya sendiri | | | | |
| 2. | saya tetap tenang dalam menghadapi masalah di tempat kerja | | | | |
| 3. | Saya merasa bangga atas semua pencapaian pada diri saya | | | | |
| 4. | Saya sering putus asa ketika menghadapi tantangan ataupun tugas berat dalam bekerja | | | | |
| 5. | Saya memikirkan sesuatu hal yang buruk ketika mendapati masalah | | | | |
| 6. | ketika mendapati masalah, saya berusaha untuk untuk menerimanya dengan legowo | | | | |
| 7. | Saya sering mengeluh dengan beban kerja yang berlebihan | | | | |
| 8. | Saya merasa kesuksesan ataupun kegagalan di masa lalu akan memberikan keyakinan pada tantangan baru | | | | |
| 9. | Saya memiliki banyak rekan di lingkungan kerja | | | | |
| 10. | Ketika pekerjaan saya menumpuk, saya langsung panik | | | | |
| 11. | Saya mampu bertahan untuk menyelesaikan masalah yang ada pada hidup saya | | | | |
| 12. | Saya mengeluh saat menemui kesulitan dalam bekerja | | | | |
| 13. | Saya berusaha berpikir positif ketika menghadapi tekanan | | | | |
| 14. | Masalah yang saya hadapi memberikan dampak yang buruk bagi diri saya | | | | |
| 15. | Saya berupaya meggunakan waktu sebaik mungkin dalam bekerja | | | | |
| 16. | saya yakin segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak dari Tuhan | | | | |
| 17. | Saya sulit berpikir positif | | | | |
| 18. | Ketika kinerja saya menurun, saya sulit untuk bangkit kembali | | | | |
| 19. | Saya percaya bahwa Tuhan akan mengabulkan segala doa-doa saya | | | | |
| 20. | Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja ketika mendapat masalah | | | | |

| | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|
| 21. | saya percaya apapun yang terjadi pada hidup saya adalah hal terbaik menurut Tuhan | | | | |
| 22. | saya percaya segala kejadian yang datang akan selalu mendatangkan berkah | | | | |
| 23. | Saya kesulitan untuk mencari jalan keluar dari masalah yang saya hadapi | | | | |
| 24. | Saya dapat mengendalikan sesuatu didalam hidup saya | | | | |
| 25. | Saya merasa tertekan dengan rutinitas pekerjaan saya | | | | |
| 26. | Saya hanya berdo'a saat mengalami kesulitan saja | | | | |
| 27. | Saya akan cenderung bangkit kembali untuk menyelesaikan masalah | | | | |
| 28. | Saya merasa kesulitan untuk fokus dalam pekerjaan saya | | | | |

Blueprint Skala Burnout

| Dimensi | indikator | favorabel | unfavorabel | total | Bobot (%) |
|--|---|-----------|---------------|-------|-----------|
| Kelelahan emosi (<i>emotional exhaustion</i>) | Merasa lelah pada fisik, kognitif, emosi | 9,18 | 1,12,29, 20,5 | 7 | 35% |
| depersonalisasi(<i>depersonalization</i>) | Bersikap sinis terhadap orang lain/ Cenderung merugikan diri sendiri, pekerjaan maupun organisasi | 22 | 24,4 | 3 | 15% |
| | Menjauhnya individu dari lingkungan sosial, dan | 23 | 11 | 2 | 10% |

| | | | | | |
|--|--|-------|---------|----|------|
| | bersikap apatis | | | | |
| Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (<i>low personal accomplishment</i>) | Tidak puas terhadap diri sendiri dan merasa tidak bermanfaat bagi diri sendiri atau orang lain | 19 | 14,27 | 3 | 15% |
| | Kehilangan performa dalam bekerja | 28,15 | 13,8,16 | 5 | 25% |
| AITEM YANG LOLOS | | | | 20 | 100% |

Skala Burnout

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Saya bersemangat setiap berangkat bekerja | | | | |
| 2. | saya bekerja dengan penuh tanggung jawab tanpa membuat kesalahan yang dapat merugikan perusahaan | | | | |
| 3. | Saya memiliki energi positif dan optimisme dalam menyelesaikan pekerjaan | | | | |
| 4. | Saya bersemangat menangani masalah dengan sangat efektif | | | | |
| 5. | Saya merasa letih dalam mengerjakan pekerjaan saya | | | | |
| 6. | Saya selalu berkoordinasi dengan rekan kerja | | | | |
| 7. | Saya merasa antusias dan produktif setiap harinya | | | | |
| 8. | Saya rajin dalam menyelesaikan pekerjaan | | | | |
| 9. | Saya telah mencapai banyak hal yang berharga dalam pekerjaan saya | | | | |
| 10. | Motivasi bekerja saya mudah sekali menurun | | | | |

| | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|
| 11. | Saya merasa antusias ketika bekerja bersama dengan rekan kerja | | | | |
| 12. | Saya mudah terganggu dengan aktifitas yang dilakukan rekan kerja saya | | | | |
| 13. | saya merasa terbebani ketika harus bekerja bersama dengan rekan kerja | | | | |
| 14. | Saya tetap merasa antusias saat bekerja | | | | |
| 15. | Saya menilai rekan kerja saya membuat saya repot dengan harus bertanggung jawab ketika ada masalah | | | | |
| 16. | Saya memilih mementingkan diri saya sendiri daripada rekan kerja saya | | | | |
| 17. | Saya menghargai keberadaan dan kerjasama dengan rekan kerja | | | | |
| 18. | Saya merasa bangga dengan hasil kerja saya selama ini | | | | |
| 19. | Saya mudah putus asa dalam menyelesaikan masalah pekerjaan | | | | |
| 20. | Saya full energi untuk menyelesaikan pekerjaan saya | | | | |

Hasil Skoring Skala Penelitian

| RESILIENSI | | | BURNOUT | | |
|------------|--------------|----|------------|--------------|----|
| Σx | Kategorisasi | % | Σx | kategorisasi | % |
| 95 | Sedang | 85 | 38 | Sedang | 48 |
| 94 | Sedang | 84 | 38 | Sedang | 48 |
| 84 | Sedang | 75 | 40 | Sedang | 50 |
| 89 | Sedang | 79 | 40 | Sedang | 50 |
| 94 | Sedang | 84 | 28 | Rendah | 35 |
| 101 | Tinggi | 90 | 28 | Rendah | 35 |
| 107 | Tinggi | 96 | 36 | Sedang | 45 |
| 82 | Sedang | 73 | 44 | Tinggi | 55 |
| 83 | Sedang | 74 | 40 | Sedang | 50 |
| 89 | Sedang | 79 | 40 | Sedang | 50 |
| 83 | Sedang | 74 | 44 | Tinggi | 55 |
| 83 | Sedang | 74 | 40 | Sedang | 50 |
| 84 | Sedang | 75 | 40 | Sedang | 50 |
| 83 | Sedang | 74 | 42 | Sedang | 53 |
| 82 | Sedang | 73 | 40 | Sedang | 50 |
| 86 | Sedang | 77 | 40 | Sedang | 50 |
| 99 | Tinggi | 88 | 35 | Sedang | 44 |
| 102 | Tinggi | 91 | 38 | Sedang | 48 |
| 84 | Sedang | 75 | 40 | Sedang | 50 |
| 84 | Sedang | 75 | 39 | Sedang | 49 |
| 81 | Sedang | 72 | 40 | Sedang | 50 |
| 84 | Sedang | 75 | 41 | Sedang | 51 |

| | | | | | |
|-----|--------|----|----|--------|----|
| 82 | Sedang | 73 | 40 | Sedang | 50 |
| 84 | Sedang | 75 | 40 | Sedang | 50 |
| 88 | Sedang | 79 | 37 | Sedang | 46 |
| 83 | Sedang | 74 | 44 | Tinggi | 55 |
| 83 | Sedang | 74 | 42 | Sedang | 53 |
| 86 | Sedang | 77 | 40 | Sedang | 50 |
| 102 | Tinggi | 91 | 38 | Sedang | 48 |
| 81 | Sedang | 72 | 40 | Sedang | 50 |

Rumus Kategorisasi Hipotetik

| <i>Resiliensi</i> | |
|-------------------|----|
| M= | 88 |
| SD= | 7 |
| M-1SD | 81 |
| M+1SD | 96 |

| | | |
|--------|----------------------------|------------------|
| RENDAH | $X < M - 1SD$ | $X < 81$ |
| SEDANG | $M - 1SD \leq X < M + 1SD$ | $81 \leq X < 96$ |
| TINGGI | $M + 1SD \leq X$ | $X \geq 96$ |

| <i>Burnout</i> | |
|----------------|----|
| M3= | 39 |
| SD3= | 4 |
| M-1SD | 35 |
| M+1SD | 43 |

| | | |
|--------|----------------------------|------------------|
| RENDAH | $X < M - 1SD$ | $X < 35$ |
| SEDANG | $M - 1SD \leq X < M + 1SD$ | $35 \leq X < 43$ |
| TINGGI | $M + 1SD \leq X$ | $X \geq 43$ |

NILAI RATER RESILIENSI

| RATE | AITE M 1 | | AITE M 2 | | AITE M 3 | | AITE M 4 | | AITE M 5 | | AITE M 6 | | AITE M 7 | | AITE M 8 | | AITE M 9 | | AITE M 10 | | AITE M 11 | | AITE M 12 | | AITE M 13 | | AITE M 14 | | AITE M 15 | | AITE M 16 | | AITE M 17 | | AITE M 18 | | AITE M 19 | | AITE M 20 | | |
|-------------|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|---|
| | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R |
| BU ARFIN | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| PAK ALI | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | |
| BU NI'M AH | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | |
| PAK GERMINO | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | |
| ΣS | 14 | | 13 | | 14 | | 13 | | 14 | | 15 | | 13 | | 14 | | 14 | | 15 | | 15 | | 15 | | 15 | | 14 | | 14 | | 14 | | 13 | | 13 | | 14 | | 14 | | |
| V | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.9375 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.9375 | | 0.9375 | | 0.9375 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | | | |

| AITE M 21 | | AITE M 22 | | AITE M 23 | | AITE M 24 | | AITE M 25 | | AITE M 26 | | AITE M 27 | | AITE M 28 | | AITE M 29 | | AITE M 30 | | AITE M 31 | | AITE M 32 | | AITE M 33 | | AITE M 34 | | AITE M 35 | | AITE M 36 | | AITE M 37 | | AITE M 38 | | AITE M 39 | | AITE M 40 | | | |
|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|--------|--|
| R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | | |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | | |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | | |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | | |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | | |
| 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 13 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 13 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 15 | |
| 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.9375 | |

| AITE M 41 | | AITE M 42 | | AITE M 43 | | AITE M 44 | | AITE M 45 | | AITE M 46 | | AITE M 47 | | AITE M 48 | | AITE M 49 | | AITE M 50 | | AITE M 51 | | AITE M 52 | | AITE M 53 | | AITE M 54 | | AITE M 55 | | AITE M 56 | | AITE M 57 | | AITE M 58 | | | |
|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|---|---|
| R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | | |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | | |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | | |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | | |
| 14 | | 14 | | 14 | | 13 | | 13 | | 15 | | 15 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 15 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 13 | | 14 | | | |
| 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.9375 | | 0.9375 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.9375 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

NILAI RATER *BURNOUT*

| RATE R | AITE M 1 | | AITE M 2 | | AITE M 3 | | AITE M 4 | | AITE M 5 | | AITE M 6 | | AITE M 7 | | AITE M 8 | | AITE M 9 | | AITE M 10 | | AITE M 11 | | AITE M 12 | | AITE M 13 | | AITE M 14 | | AITE M 15 | | AITE M 16 | | AITE M 17 | | AITE M 18 | | AITE M 19 | | AITE M 20 | |
|-------------|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|
| | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S |
| BU ARFIN | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | | |
| PAK ALI | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| BU NI'M AH | 4 | 3 | 5 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| PAK GERMINO | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 |
| ΣS | 13 | | 15 | | 12 | | 13 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 15 | | 14 | | 14 | | 13 | | 12 | | 14 | | 13 | | 13 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | |
| V | 0.8125 | | 0.9375 | | 0.75 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.9375 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.75 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | |

| AITE M 21 | | AITE M 22 | | AITE M 23 | | AITE M 24 | | AITE M 25 | | AITE M 26 | | AITE M 27 | | AITE M 28 | | AITE M 29 | | AITE M 30 | | AITE M 31 | | AITE M 32 | | AITE M 33 | | AITE M 34 | | AITE M 35 | | AITE M 36 | | AITE M 37 | | AITE M 38 | | AITE M 39 | | AITE M 40 | | AITE M 41 | |
|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|-----------|---|
| R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S | R | S |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 |
| 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 |
| 14 | | 13 | | 13 | | 13 | | 14 | | 13 | | 14 | | 14 | | 13 | | 14 | | 14 | | 12 | | 14 | | 14 | | 13 | | 13 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | | 14 | |
| 0.875 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.75 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.8125 | | 0.8125 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | 0.875 | | | |

SKORING RESILIENSI

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | |
| 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | |
| 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | |
| 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 |
| 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | |

SKORING *BURNOUT*

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 |
| 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 22 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |

Skala Try-Out

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Assalamualaikum wr.wb

Responden yang terhormat,

Saya adalah mahasiswa Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Saat ini saya sedang melakukan penelitian terkait tugas akhir (skripsi) sebagai prasyarat menyelesaikan jenjang strata 1.

Berkaitan dengan hal tersebut, saya sangat mengharapkan partisipasi anda dengan mengisi kuesioner ini jika anda merupakan seorang karyawan/pegawai dalam suatu perusahaan/instansi. Dalam kuesioner ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini. Jawaban anda akan diperlakukan sesuai dengan standar profesionalitas dan etika penelitian. Oleh sebab itu, peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas anda.

saya ucapkan terima kasih banyak atas kesediaan dan partisipasi anda dalam penelitian ini.

Wassalamualaikum wr.wb

Peneliti,

Habibatul Muslimah juga menggunakan

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Nama *

Maya Elvira Yanti

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Jenis Kelamin *

Laki laki

Perempuan

Yang lain:

Usia *

22

Tempat Bekerja *

.....

Tempat Bekerja *

Dinas Perhubungan Kota Surabaya

Status Karyawan *

Karyawan tetap

Karyawan kontrak

Outsourcing

Yang lain:

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Lama Bekerja *

< 1 tahun

2-3 tahun

> 5 tahun

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

bagian 1

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

Sangat Sesuai (SS)

Sesuai (S)

Tidak Sesuai (TS)

Sangat Tidak Sesuai (STS)

2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlwat:

3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

1. Saya yakin akan kemampuan saya sendiri *

sangat sesuai

sesuai

tidak sesuai

sangat tidak sesuai

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

2. Saya mengupayakan yang terbaik tidak peduli apapun *

sangat sesuai

sesuai

tidak sesuai

sangat tidak sesuai

3. saya tetap tenang dalam menghadapi masalah di tempat kerja *

Sangat Sesuai

Sesuai

Tidak Sesuai

Sangat Tidak Sesuai

4. Saya berusaha untuk bangkit dan tetap semangat disaat kecewa *

Sangat Sesuai

Sesuai

Tidak Sesuai

Sangat Tidak Sesuai

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

5. Saya tetap berusaha menyelesaikan pekerjaan saya, meskipun hasil yang didapat kurang maksimal *

Sangat Sesuai

Sesuai

Tidak Sesuai

Sangat Tidak Sesuai

6. Ditempat kerja saya lebih banyak diam daripada berinteraksi dengan rekan kerja *

Sangat Sesuai

Sesuai

Tidak Sesuai

Sangat Tidak Sesuai

6. Ditempat kerja saya lebih banyak diam daripada berinteraksi dengan rekan kerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

7. Saya merasa bangga atas semua pencapaian pada diri saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1td6bn9iWwNzW5b0UJ5uE3N6B8Cp4M4EwQ2Xng4d8Rspone4ACYDBN7nuz2AgpP9yGwGat5LJ8...> 8/42

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

30/7/2021

8. Saya sering putus asa ketika menghadapi tantangan ataupun tugas berat dalam bekerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

9. Saya memikirkan sesuatu hal yang buruk ketika mendapati masalah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

10. Ketika mendapati masalah, saya akan menghilangkannya dengan bercanda bersama rekan kerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai

30/7/2021

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

bagian 1

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

- Sangat Sesuai (1A)
- Sesuai (S)
- Tidak Sesuai (TS)
- Sangat Tidak Sesuai (ST)

2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.

3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

11. ketika mendapati masalah, saya berusaha untuk untuk menerimanya dengan legowo *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

12. Saya percaya setiap keberhasilan saya hanya karena kemampuan saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1td6bn9iWwNzW5b0UJ5uE3N6B8Cp4M4EwQ2Xng4d8Rspone4ACYDBN7nuz2AgpP9yGwGat5LJ8...> 7/42

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

30/7/2021

13. Saya sering mengeluh dengan beban kerja yang berlebihan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

14. Saya menolak sesuatu hal atau ide baru dalam bekerja *

- Sangat Sesuai

15. Saya merasa kesuksesan ataupun kegagalan di masa lalu akan memberikan keyakinan pada tantangan baru *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1td6bn9iWwNzW5b0UJ5uE3N6B8Cp4M4EwQ2Xng4d8Rspone4ACYDBN7nuz2AgpP9yGwGat5LJ8...> 8/42

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

30/7/2021

16. Saya memiliki banyak rekan di lingkungan kerja *

- sangat sesuai
- sesuai
- tidak sesuai
- sangat tidak sesuai

17. Ketika pekerjaan saya yang menumpuk, saya langsung panik *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

18. Saya berusaha menghindari masalah antar rekan kerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1td6bn9iWwNzW5b0UJ5uE3N6B8Cp4M4EwQ2Xng4d8Rspone4ACYDBN7nuz2AgpP9yGwGat5LJ8...> 8/42

19. Ketika mengalami kesulitan, saya berpikiran bahwa Tuhan pilih kasih kepada saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

20. Saya mampu bertahan untuk menyelesaikan masalah yang ada pada hidup saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Skala Penelitian Psikologi

Bagian 1

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:
 - Sangat Sesuai (SS)
 - Sesuai (S)
 - Tidak Sesuai (TS)
 - Sangat Tidak Sesuai (STS)
2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebhr0WwH2Vbso0JG3XvtE3hd8CpM4EvqD3Xngvd8#response=ACYDBN7nrsZMgPKfyGwGat5AJ...> 1042

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

21. Ketika mendapati pekerjaan yang yang sulit, saya langsung menyerah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

22. Saya dapat beradaptasi dengan cepat pada peraturan kerja yang sering berubah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai

23. Saya mengeluh saat menemui kesulitan dalam bekerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebhr0WwH2Vbso0JG3XvtE3hd8CpM4EvqD3Xngvd8#response=ACYDBN7nrsZMgPKfyGwGat5AJ...> 1142

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

24. Saya berusaha berpikir positif ketika menghadapi tekanan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

25. Masalah yang saya hadapi memberikan dampak yang buruk bagi diri saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

26. Saya berupaya menggunakan waktu sebaik mungkin dalam bekerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebhr0WwH2Vbso0JG3XvtE3hd8CpM4EvqD3Xngvd8#response=ACYDBN7nrsZMgPKfyGwGat5AJ...> 1242

27. Saya berdo'a setiap saat atau kapanpun saya menginginkannya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

28. saya yakin segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak dari Tuhan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

29. Saya sering meninggalkan sholat atau ibadah lainnya saat saya sedang bekerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebhr0WwH2Vbso0JG3XvtE3hd8CpM4EvqD3Xngvd8#response=ACYDBN7nrsZMgPKfyGwGat5AJ...> 1342

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

30. Saya sulit berpikir positif *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Skala Penelitian Psikologi

Bagian 1

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:
 - Sangat Sesuai (SS)
 - Sesuai (S)

31. Ketika kinerja saya menurun, saya sulit untuk bangkit kembali *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebbn3WwNzW3boOJG5XvE3Ntd8CpAM-EajQXkg/edit#response=ACYDBN7nrsZMgPKPhyGwGat8JU...> 1442

30/7/2021

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

32. Saya merasa rendah diri ketika menerima kritik dari rekan kerja atau atasan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

33. Saya percaya bahwa Tuhan akan mengabulkan segala doa-doa saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

34. Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja ketika mendapat masalah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebbn3WwNzW3boOJG5XvE3Ntd8CpAM-EajQXkg/edit#response=ACYDBN7nrsZMgPKPhyGwGat8JU...> 1542

35. saya percaya apapun yang terjadi pada hidup saya adalah hal terbaik menurut Tuhan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

36. saya percaya segala kejadian yang datang akan selalu mendatangkan berkah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

37. Saya selalu menolak ajakan rekan kerja untuk pergi bersama *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebbn3WwNzW3boOJG5XvE3Ntd8CpAM-EajQXkg/edit#response=ACYDBN7nrsZMgPKPhyGwGat8JU...> 1642

30/7/2021

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

38. Saya merasa sulit untuk mengambil hikmah dari setiap permasalahan yang terjadi *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

39. Saya kesulitan untuk mencari jalan keluar dari masalah yang saya hadapi *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

40. Saya dapat mengendalikan sesuatu didalam hidup saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Skala Penelitian Psikologi

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebbn3WwNzW3boOJG5XvE3Ntd8CpAM-EajQXkg/edit#response=ACYDBN7nrsZMgPKPhyGwGat8JU...> 1742

30/7/2021

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

Bagian 1

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:
 - Sangat Sesuai (SS)
 - Sesuai (S)
 - Tidak Sesuai (TS)
 - Sangat Tidak Sesuai (STS)
2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

41. Saya mudah kesal jika pekerjaan saya berantakan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

42. Saya merasa tertekan dengan rutinitas pekerjaan saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebbn3WwNzW3boOJG5XvE3Ntd8CpAM-EajQXkg/edit#response=ACYDBN7nrsZMgPKPhyGwGat8JU...> 1842

43. Saya hanya berdo'a saat mengalami kesulitan saja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

44. Saya akan cenderung bangkit kembali untuk menyelesaikan masalah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

45. Saya merasa kesulitan untuk fokus dalam pekerjaan saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Teb6n5WwNzV3buOJG5XkE3N6sBCpMkEwQXkgjtd#response=ACYDBN7hnsZMqKPhyGwGatESJ...> 1942

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

46. Saya mampu menahan diri dalam situasi yang membuat saya gelisah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

47. Saya akan bekerja dengan keras hanya ketika atasan mendatangi saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

45. Saya merasa kesulitan untuk fokus dalam pekerjaan saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Teb6n5WwNzV3buOJG5XkE3N6sBCpMkEwQXkgjtd#response=ACYDBN7hnsZMqKPhyGwGatESJ...> 1942

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

46. Saya mampu menahan diri dalam situasi yang membuat saya gelisah *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

47. Saya akan bekerja dengan keras hanya ketika atasan mendatangi saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

48. Saya sering mengajak rekan kerja untuk pergi bersama-sama *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

SKALA PENELITIAN SKRIPSI

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:
 - Sangat Sesuai (4)
 - Sesuai (3)
 - Tidak Sesuai (1/2)
 - Sangat Tidak Sesuai (0/1)
2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

<https://docs.google.com/forms/d/1Teb6n5WwNzV3buOJG5XkE3N6sBCpMkEwQXkgjtd#response=ACYDBN7hnsZMqKPhyGwGatESJ...> 2142

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

1. Saya bersemangat setiap berangkat bekerja *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

2. Saya enggan membantu rekan kerja saya yang sedang mengalami kesulitan *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

3. Saya menganggap kemampuan rekan kerja saya lebih rendah daripada saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Teb6n5WwNzV3buOJG5XkE3N6sBCpMkEwQXkgjtd#response=ACYDBN7hnsZMqKPhyGwGatESJ...> 2242

30/7/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

4. saya bekerja dengan penuh tanggung jawab tanpa membuat kesalahan yang dapat merugikan perusahaan *

4. saya bekerja dengan penuh tanggung jawab tanpa membuat kesalahan yang dapat merugikan perusahaan *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

5. Saya memiliki energi positif dan optimisme dalam menyelesaikan pekerjaan *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

6. Saya dapat menciptakan suasana santai dan nyaman antar rekan kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

https://docs.google.com/forms/d/1Tddv01wvN2Y9u0G0dME3na8CpAMAcwQ2Hqgwi0#response=ACTYDBN7nrsZMqPfyGwGtISAJ... 3442

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

7. Saya tetap menghormati rekan kerja maupun orang lain ketika sedang bekerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

8. Saya bersemangat menangani masalah dengan sangat efektif *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

https://docs.google.com/forms/d/1Tddv01wvN2Y9u0G0dME3na8CpAMAcwQ2Hqgwi0#response=ACTYDBN7nrsZMqPfyGwGtISAJ... 3442

9. Saya merasa lethak dalam mengerjakan pekerjaan saya *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

https://docs.google.com/forms/d/1Tddv01wvN2Y9u0G0dME3na8CpAMAcwQ2Hqgwi0#response=ACTYDBN7nrsZMqPfyGwGtISAJ... 3442

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

10. Saya mengabaikan keberadaan orang lain ditempat kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

Skala Penelitian Psikologi

Bagian 3

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

- Sangat Sesuai (SS)
- Sesuai (S)
- Tidak Sesuai (TS)
- Sangat Tidak Sesuai (STS)

2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.

3. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

11. Saya selalu berkoordinasi dengan rekan kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

https://docs.google.com/forms/d/1Tddv01wvN2Y9u0G0dME3na8CpAMAcwQ2Hqgwi0#response=ACTYDBN7nrsZMqPfyGwGtISAJ... 3442

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

12. Saya merasa antusias dan produktif setiap harinya *

12. Saya merasa antusias dan produktif setiap harinya *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

13. Saya rajin dalam menyelesaikan pekerjaan *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

14. Saya telah mencapai banyak hal yang berharga dalam pekerjaan saya *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

https://docs.google.com/forms/d/1Tddv01wvN2Y9u0G0dME3na8CpAMAcwQ2Hqgwi0#response=ACTYDBN7nrsZMqPfyGwGtISAJ... 3442

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

15. Motivasi bekerja saya mudah sekali menurun *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

16. Saya merasa antusias ketika bekerja bersama dengan rekan kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

17. Saya sanggup melakukan pekerjaan meskipun mendadak *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebw0WwN2V9uU023bKE3Nk8BCpAMdEqD4ngv0t8Hqppm-ACT0BN7hnsZkgP4yGwGx6Lj...> 3742

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOG

18. Saya mudah terganggu dengan aktifitas yang dilakukan rekan kerja saya *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

19. saya merasa terbebani ketika harus bekerja bersama dengan rekan kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

20. Saya tetap merasa antusias saat bekerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

Skala Penelitian Psikologi

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebw0WwN2V9uU023bKE3Nk8BCpAMdEqD4ngv0t8Hqppm-ACT0BN7hnsZkgP4yGwGx6Lj...> 3842

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOG

Bagian 3

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

Sangat Sesuai (SS)
 Sesuai (S)
 Tidak Sesuai (TS)
 Sangat Tidak Sesuai (STS)

Bagian 3

1. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini pada jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

Sangat Sesuai (SS)
 Sesuai (S)
 Tidak Sesuai (TS)
 Sangat Tidak Sesuai (STS)

2. Jawablah semua pertanyaan dengan tepat dan tanpa ada yang terlupa!

3. Jika ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini.

21. Saya merasa kehilangan minat untuk bekerja bersama rekan-rekan kerja saya *

sangat sesuai
 sesuai
 Tidak sesuai
 sangat tidak sesuai

22. Saya menilai rekan kerja saya membuat saya repot dengan harus bertanggung jawab ketika ada masalah *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebw0WwN2V9uU023bKE3Nk8BCpAMdEqD4ngv0t8Hqppm-ACT0BN7hnsZkgP4yGwGx6Lj...> 3942

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOG

23. Saya memilih mementingkan diri saya sendiri daripada rekan kerja saya

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

24. Saya menghargai keberadaan dan kerjasama dengan rekan kerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

25. Ketika tertekan dan semirif secara emosional membuat saya kesulitan untuk berpikir dalam mengambil keputusan yang cermat ketika bekerja *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebw0WwN2V9uU023bKE3Nk8BCpAMdEqD4ngv0t8Hqppm-ACT0BN7hnsZkgP4yGwGx6Lj...> 4042

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOG

26. Saya merasa menimbulkan masalah bagi rekan kerja saya *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

27. Saya merasa bangga dengan hasil kerja saya selama ini *

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

28. Saya mudah putus asa dalam menyelesaikan masalah pekerjaan

Sangat Sesuai
 Sesuai
 Tidak Sesuai
 Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Tebw0WwN2V9uU023bKE3Nk8BCpAMdEqD4ngv0t8Hqppm-ACT0BN7hnsZkgP4yGwGx6Lj...> 4142

307/2021 SKALA PENELITIAN PSIKOLOG

29. Saya full energi untuk menyelesaikan pekerjaan saya *

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

28. Saya mudah putus asa dalam menyelesaikan masalah pekerjaan

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

<https://docs.google.com/forms/d/1Teb8n5WwNzWl5b0JG5XxE3N4cICq4MM-Ew2Qxw9d8#response=ACY0BN7nan2MgPKyGwGai5JL...> 4/142

30/7/2021

SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI

29. Saya full energi untuk menyelesaikan pekerjaan saya *

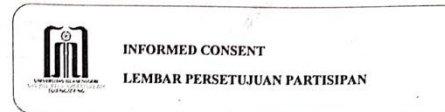
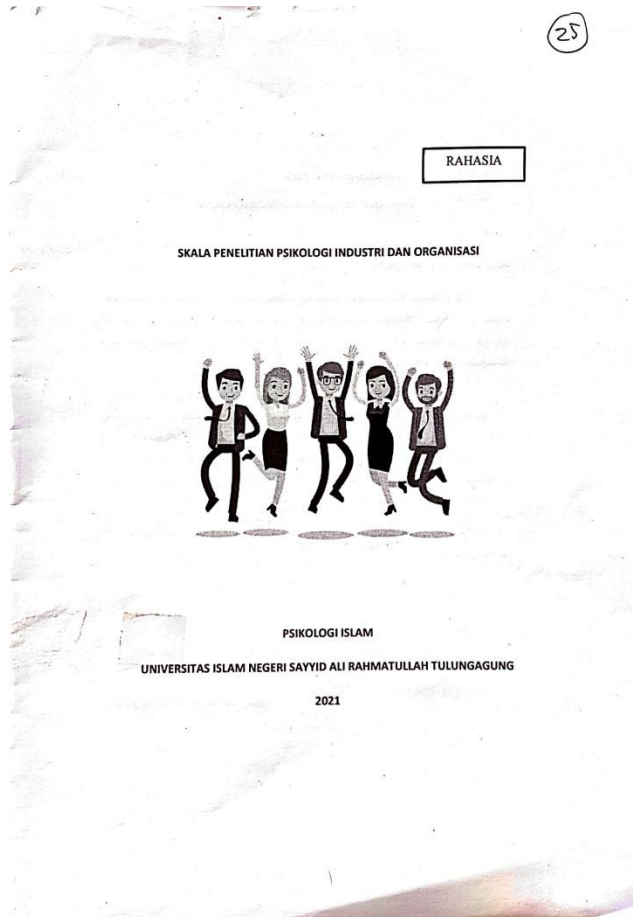
- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Bagian Tanpa Judul

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir

Skala Yang Disebar



Responden yang terhormat,

Saya adalah mahasiswa Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Saat ini saya sedang melakukan penelitian terkait tugas akhir (skripsi) sebagai prasyarat menyelesaikan jenjang strata 1.

Berkaitan dengan hal tersebut, saya sangat mengharapkan partisipasi anda dengan mengisi kuesioner ini. Dalam kuesioner ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi anda saat ini. Jawaban anda akan diperlakukan sesuai dengan standar profesionalitas dan etika penelitian. Oleh sebab itu, peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas anda.

saya ucapkan terima kasih banyak atas kesediaan dan partisipasi anda dalam penelitian ini.

Peneliti,

Habibatul Muslimah
Kontak : 081556822353
Email: habibatulm12@gmail.com

SKALA KETAHANAN

A. Petunjuk Pengisian Skala

1. Isilah identitas anda pada tempat yang tertera:

Nama : IRMA FITRIA
 Jenis kelamin : laki-laki Perempuan
 Usia : 36 th
 Status Kepegawaian : PNS outsourcing
 PTT lainnya:.....
 Posisi/Jabatan : INSTRUKTUR

 Lama bekerja : < 1 tahun > 5 tahun
 2-5 tahun

2. Bacalah dengan teliti dan cermat setiap pernyataan yang ada
 3. Jawablah semua pernyataan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
 4. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi responden saat ini.
 5. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Saya adalah pegawai UPT BLK Tulungagung | | ✓ | | |

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 1 | Saya yakin akan kemampuan saya sendiri | ✓ | | | |
| 2 | saya tetap tenang dalam menghadapi masalah di tempat kerja | | ✓ | | |
| 3 | Saya merasa bangga atas semua pencapaian pada diri saya | | ✓ | | |
| 4 | Saya sering putus asa ketika menghadapi tantangan ataupun tugas berat dalam bekerja | | | ✓ | |
| 5 | Saya memikirkan sesuatu hal yang buruk ketika mendapati masalah | | | ✓ | |
| 6 | ketika mendapati masalah, saya berusaha untuk untuk menerimanya dengan legowo | | ✓ | | |
| 7 | Saya sering mengeluh dengan beban kerja yang berlebihan | | | ✓ | |
| 8 | Saya merasa kesuksesan ataupun kegagalan di masa lalu akan memberikan keyakinan pada tantangan baru | ✓ | | | |
| 9 | Saya memiliki banyak rekan di lingkungan kerja | ✓ | | | |
| 10 | Ketika pekerjaan saya menumpuk, saya langsung panik | | | ✓ | |
| 11 | Saya mampu bertahan untuk menyelesaikan masalah yang ada pada hidup saya | | ✓ | | |
| 12 | Saya mengeluh saat menemui kesulitan dalam bekerja | | | ✓ | |
| 13 | Saya berusaha berpikir positif ketika menghadapi tekanan | | ✓ | | |
| 14 | Masalah yang saya hadapi memberikan dampak yang buruk bagi diri saya | | | | ✓ |
| 15 | Saya berupaya menggunakan waktu sebaik mungkin dalam bekerja | | ✓ | | |
| 16 | saya yakin segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak dari Tuhan | | ✓ | | |
| 17 | Saya sulit berpikir positif | | | ✓ | |
| 18 | Ketika kinerja saya menurun, saya sulit untuk bangkit kembali | | | ✓ | |

SKALA KONDISI BEKERJA BAGIAN 1

B. Petunjuk Pengisian Skala

1. Jawablah semua pernyataan dengan tepat dan tanpa ada yang terlewat.
2. Skala ini tidak memuat jawaban yang benar ataupun salah. Ini merupakan jawaban yang sesuai dengan kondisi dan situasi responden saat ini.
3. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (v) pada salah jawaban yang tersedia dengan ketentuan:

SS: Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS: Tidak Sesuai

STS: Sangat Tidak Sesuai

Contoh:


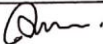






























| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 1. | Saya adalah pegawai UPT BLK Tulungagung | | v | | |

| | | | | | | |
|---|-----|---|--|---|---|---|
| f | 19. | Saya percaya bahwa Tuhan akan mengabulkan segala doa-doa saya | | ✓ | | |
| u | 20. | Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja ketika mendapat masalah | | ✓ | | |
| f | 21. | saya percaya apapun yang terjadi pada hidup saya adalah hal terbaik menurut Tuhan | | ✓ | | |
| f | 22. | saya percaya segala kejadian yang datang akan selalu mendatangkan berkah | | ✓ | | |
| u | 23. | Saya kesulitan untuk mencari jalan keluar dari masalah yang saya hadapi | | | ✓ | |
| f | 24. | Saya dapat mengendalikan sesuatu didalam hidup saya | | ✓ | | |
| u | 25. | Saya merasa tertekan dengan rutinitas pekerjaan saya | | | | ✓ |
| u | 26. | Saya hanya berdo'a saat mengalami kesulitan saja | | | ✓ | |
| f | 27. | Saya akan cenderung bangkit kembali untuk menyelesaikan masalah | | ✓ | | |
| u | 28. | Saya merasa kesulitan untuk fokus dalam pekerjaan saya | | | ✓ | |

| NO | PERNYATAAN | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Saya bersemangat setiap berangkat bekerja | | ✓ | | |
| 2. | saya bekerja dengan penuh tanggung jawab tanpa membuat kesalahan yang dapat merugikan perusahaan | | ✓ | | |
| 3. | Saya memiliki energi positif dan optimisme dalam menyelesaikan pekerjaan | | ✓ | | |
| 4. | Saya bersemangat menangani masalah dengan sangat efektif | | ✓ | | |
| 5. | Saya merasa letih dalam mengerjakan pekerjaan saya | | | ✓ | |
| 6. | Saya selalu berkoordinasi dengan rekan kerja | ✓ | | | |
| 7. | Saya merasa antusias dan produktif setiap harinya | | ✓ | | |
| 8. | Saya rajin dalam menyelesaikan pekerjaan | | ✓ | | |
| 9. | Saya telah mencapai banyak hal yang berharga dalam pekerjaan saya | | ✓ | | |
| 10. | Motivasi bekerja saya mudah sekali menurun | | | ✓ | |
| 11. | Saya merasa antusias ketika bekerja bersama dengan rekan kerja | | ✓ | | |
| 12. | Saya mudah terganggu dengan aktifitas yang dilakukan rekan kerja saya | | | ✓ | |
| 13. | saya merasa terbebani ketika harus bekerja bersama dengan rekan kerja | | | ✓ | |
| 14. | Saya tetap merasa antusias saat bekerja | | ✓ | | |
| 15. | Saya menilai rekan kerja saya membuat saya repot dengan harus bertanggung jawab ketika ada masalah | | | ✓ | |
| 16. | Saya memilih mementingkan diri saya sendiri daripada rekan kerja saya | | | | ✓ |
| 17. | Saya menghargai keberadaan dan kerjasama dengan rekan kerja | ✓ | | | |
| 18. | Saya merasa bangga dengan hasil kerja saya selama ini | | ✓ | | |
| 19. | Saya mudah putus asa dalam menyelesaikan masalah pekerjaan | | | ✓ | |
| 20. | Saya full energi untuk menyelesaikan pekerjaan saya | | ✓ | | |

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama/NIM : Habibatul Muslimah/ 12308173072
 Judul Skripsi : Pengaruh *Resiliensi* Terhadap *Job Insecurity* dan *Burnout* Pada Pegawai UPT BLK Tulungagung
 Pembimbing I : GERMINO WAHYU BROTO, M. SI

| No | Tanggal | Uraian Bimbingan | Tanda tangan Dosen | Tanda tangan Mahasiswa |
|-----|------------|---|---|---|
| 1 | 26/10/2020 | Ujian outline tugas akhir, pembenahan judul dan teori |  |  |
| 2 | 09/11/2020 | Konsultasi BAB 1 (pendahuluan) terkait judul, latar belakang, teori |  |  |
| 3 | 16/11/2020 | Revisi pendahuluan dan dilanjutkan untuk mengerjakan metode terkait teknik sampel, penyebaran kuesioner dan teori yang digunakan dalam penulisan kuesioner. |  |  |
| 4 | 28/12/2020 | Revisi terkait teori utama, menambah teori yang mendukung pada bagian tinjauan pustaka, populasi dan sampel. |  |  |
| 5 | 07/01/2021 | Membuat kisi-kisi/ blue print alat ukur sesuai dengan referensi. |  |  |
| 6 | 22/02/2021 | Pembenahan kisi-kisi/ blueprint 50 %. |  |  |
| 7 | 30/03/2021 | Revisi blueprint dan pembuatan pernyataan skala |  |  |
| 8 | 29/04/2021 | Revisi blueprint <i>job Insecurity</i> |  |  |
| 9 | 24/05/2021 | Konsultasi skala secara keseluruhan variable <i>resiliensi, job insecurity</i> dan <i>burnout</i> . |  |  |
| 11 | 14/06/2021 | Revisi hasil <i>Try-out</i> skala |  |  |
| 12 | 30/06/2021 | Konsultasi hasil data yang sebenarnya |  |  |
| 13. | 7/07/2021 | Konsultasi dan revisi penjabaran hasil |  |  |
| 14 | 12/07/2021 | Acc hasil, konsultasi dan revisi penjabaran diskusi |  |  |
| 15 | 14/07/2021 | Acc diskusi, konsultasi dan revisi kesimpulan beserta abstrak |  |  |
| 16 | 16/07/2021 | Pengecekan dari judul, abstrak, pendahuluan, hingga kesimpulan dan saran |  |  |
| 17 | 17/07/2021 | Check turnitin |  |  |

*) lembar ini dibawa mahasiswa
 **) pilih salah satu

