

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG MASALAH**

Manajemen sumber daya manusia adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan penggunaan ilmu dan seni yang efektif dan efisien dalam menjalankan orang dan sumber daya lainnya dengan maksud memperoleh tujuan yang ditetapkan (Adamy, 2016). Sumber daya manusia adalah bagian terpenting bagi masing-masing organisasi (Zeebaree et al., 2019).

Sebuah organisasi terdiri dari individu-individu yang memegang peran-peran formal dan bekerja secara kolaboratif untuk mencapai tujuan organisasi yang ditetapkan (Dessler, 2016). Jika sumber daya manusia tidak tersedia, sumber daya lainnya tidak akan efektif dan kurang produktif dalam mencapai tujuan organisasi (Dewi & Riana, 2019).

Perkembangan zaman dan teknologi saat ini, sangat menuntut sumber daya manusianya terutama di dalam dunia kerja. Dunia kerja yang semakin kompetitif dan serba cepat, banyak individu mengalami tekanan yang tinggi untuk mencapai kesuksesan profesional. Salah satu sumber kejenuhan kerja (*burnout*) adalah banyaknya tuntutan pekerjaan yang harus dipenuhi (Hanum & Siswati, 2017).

Kejenuhan kerja (*burnout*) adalah keadaan yang diidentifikasi dengan kelelahan emosional, fisik, dan mental akibat penderitaan yang akut dan terus-menerus (Dewi & Riana, 2019). Istilah kejenuhan kerja mengacu pada kelelahan emosional, fisik, dan mental di tempat kerja yang diakibatkan oleh keterlibatan dalam aktivitas yang menguras emosi (Hasanah et al., 2022).

Faktor-faktor kejenuhan kerja adalah kurangnya dukungan sosial, kurangnya kontrol, kelebihan beban kerja, dan sebagainya (Christiana, 2020). Hal ini dapat menimbulkan hasil negatif pada tingkat organisasi seperti ketidakhadiran, performa kerja, dan *turnover intention*. Oleh karena itu, topik kejenuhan kerja telah lama menjadi perhatian dalam MSDM (Woranetipo & Chavanovanich, 2021).

Dalam suatu kondisi, ketika seseorang merasa tidak seimbang saat menjalankan kesehariannya, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional, itu berarti keseimbangan kehidupan kerjanya (*work life balance*) sedang terganggu dan dapat menyebabkan kejenuhan kerja (Desnithalia & Purba, 2021). Keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*) adalah sebuah pandangan untuk menyetarakan antara aspirasi pekerjaan dengan kebahagiaan, waktu luang, keluarga, dan pertumbuhan pribadi (Rizal & Fipiariny, 2022).

Saat ini, keseimbangan kehidupan kerja semakin menjadi perhatian utama bagi para perusahaan/organisasi dan pekerja di sebagian besar organisasi. Oleh karena itu, sulit bagi sebagian besar pekerja untuk mengatur proporsi antara kehidupan pribadi dan profesional mereka di era globalisasi dan persaingan yang ketat ini (Tamunomiebi & Oyibo, 2020).

Selain itu, salah satu penyebab meningkatnya kejenuhan kerja yang mengkhawatirkan adalah beban kerja (Diehl et al., 2021). Banyaknya jumlah pekerjaan dan desakan waktu dengan segala rutinitas yang padat menjadi beban kerja bagi karyawan (Assa, 2022). Beban kerja merupakan salah satu sumber kejenuhan kerja yang paling banyak dibahas (Lubbadeh, 2020).

Beban kerja adalah pandangan pekerja terhadap daftar pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, termasuk tuntutan fisik dan psikologis (Dewi & Riana, 2019). Beban kerja yang disebabkan oleh gerakan otot disebut sebagai beban kerja fisik, sedangkan beban yang disebabkan oleh aktivitas mental atau kognitif disebut sebagai beban kerja psikologis (Purwanti et al., 2022).

Situasi dimana ketika seseorang menghadapi tugas yang tidak dapat dijangkau oleh kemampuannya dan tidak dikelola dengan baik, hal tersebut dapat terjadi stres kerja (Purwanti et al., 2022). Artinya, apabila karyawan mengalami stres kerja, di saat itulah seorang karyawan dalam melaksanakan perannya akan merasa kesulitan untuk memenuhi harapan perusahaan (Kusumawati & Dewi, 2021).

Stres kerja adalah keadaan dimana terjadi ketegangan yang mengarah pada perubahan cara berpikir, emosi, dan kondisi fisik (Nasrul et al., 2023). Seseorang yang mengalami stres kerja dapat menjadi pemicu terjadinya kejenuhan kerja (Hasanah et al., 2022). Oleh karena itu, penting bagi seseorang untuk mengelola stres dengan baik agar mencegah kejenuhan kerja.

Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jambi merupakan instansi vertikal BPS yang berada di bawah dan bertanggung jawab kepada Kepala BPS. BPS Provinsi dipimpin oleh seorang Kepala dan mempunyai tugas melaksanakan penyelenggaraan statistik dasar di Provinsi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan, yang disediakan untuk kebutuhan data bagi pemerintah dan masyarakat (Badan Pusat Statistik RI, 2020).

BPS Provinsi Jambi memiliki jumlah pegawai sebanyak 72 orang, dimana 72 orang itu adalah Aparatur Sipil Negara (ASN). Adapun rinciannya adalah sebagai berikut.

**Tabel 1. 1**  
**Unit Kerja & Jumlah Pegawai BPS Provinsi Jambi**

No.	Unit Kerja	Jumlah Pegawai (orang)
1	Kepala	1
2	Ahli Madya	4
3	Bagian Umum	2
4	Fungsi Perencanaan	2
5	Fungsi SDM dan Hukum	4
6	Fungsi Keuangan	6
7	Fungsi Umum	5
8	Fungsi Pengadaan Barang/Jasa	3
9	Fungsi Statistik Sosial	3
10	Fungsi Statistik Kependudukan	2
11	Fungsi Statistik Ketahanan Sosial	2
12	Fungsi Statistik Kesejahteraan Rakyat	2
13	Fungsi Statistik Produksi	3
14	Fungsi Statistik Pertanian	2
15	Fungsi Statistik Industri	1
16	Fungsi Statistik Pertambangan, Energi dan Konstruksi	3
17	Fungsi Statistik Distribusi	3
18	Fungsi Statistik Harga Konsumen dan Harga Perdagangan Besar	1
19	Fungsi Statistik Keuangan dan Harga Produsen	2
20	Fungsi Statistik Niaga dan Jasa	3
21	Fungsi Neraca Wilayah dan Analisis Statistik	3
22	Fungsi Neraca Produksi	1
23	Fungsi Neraca Konsumsi	2
24	Fungsi Analisis Statistik Lintas Sektor	2
25	Fungsi Integrasi Pengolahan dan Diseminasi Statistik	2
26	Fungsi Integrasi Pengolahan Data	2
27	Fungsi Jaringan dan Rujukan Statistik	3
28	Fungsi Diseminasi dan Layanan Statistik	3

Sumber : Data BPS Provinsi Jambi, 2023

Sebagai lembaga yang mempunyai tanggung jawab besar dan tugas yang banyak, para pegawai BPS Provinsi Jambi memiliki banyak tuntutan kerja yang harus diselesaikan oleh individu untuk memenuhi kebutuhan permintaan data, dan untuk menghasilkan data yang berkualitas dan akurat. Sehingga, tuntutan tersebut dapat menjadi sumber munculnya kejenuhan kerja (Hanum & Siswati, 2017).

Fenomena yang ada di BPS Provinsi berdasarkan observasi peneliti, menyoroti ketidakseimbangan antara waktu yang dihabiskan untuk pekerjaan dan waktu yang dialokasikan untuk kehidupan pribadi. Para pegawai terlihat sering bekerja lembur bahkan pada hari libur, mengindikasikan bahwa mereka mungkin kesulitan mencapai keseimbangan yang sehat antara tanggung jawab pekerjaan dan waktu untuk diri sendiri, keluarga, dan kegiatan rekreasi.

Observasi peneliti juga menunjukkan bahwa para pegawai BPS Provinsi cenderung memiliki beban kerja yang tinggi. Keterlibatan dalam lembur dan pengejaran target untuk menghasilkan data-data akurat dapat meningkatkan beban kerja. Hal ini dapat mengakibatkan kelelahan fisik dan mental, yang pada gilirannya dapat merugikan produktivitas dan kesejahteraan pegawai.

Kondisi di mana para pegawai sering bekerja lembur dan mengejar target dapat menciptakan tingkat stres kerja yang tinggi. Stres ini dapat muncul akibat tekanan waktu, tanggung jawab yang berat, dan kebutuhan untuk mencapai standar kinerja yang tinggi. Tingkat stres yang tinggi dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik pegawai.

Fenomena ini dapat menjadi pemicu potensial untuk kejenuhan kerja, yaitu keadaan di mana seseorang mengalami kelelahan ekstrem dan kehilangan

motivasi terhadap pekerjaannya. Jika kondisi ini tidak diatasi, dapat berdampak serius pada kesejahteraan psikologis pegawai, produktivitas, dsb.

Oleh karena itu, peneliti melakukan pra-survei guna mendalami permasalahan yang muncul di instansi tersebut. Pra-survei terkait keseimbangan kehidupan kerja yang diukur melalui keseimbangan waktu dan keterlibatan (Carter et al., 2017).

**Tabel 1. 2**  
**Hasil Pra-Survei Keseimbangan Kehidupan Kerja**

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya selalu memiliki waktu untuk berolahraga di setiap harinya.	4	6
2.	Saya termotivasi dan bersemangat dengan pekerjaan saya.	5	4

Sumber : 10 responden Pegawai BPS Prov. Jambi, 2023

Dari hasil pra-survei, ditemukan fenomena ketidakseimbangan antara kehidupan pribadi dan kehidupan kerja pada beberapa pegawai BPS Provinsi Jambi atau dengan kata lain, belum mampunya mereka mencapai keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*). Dapat dilihat pada tabel 1.2 yaitu hanya 4 pegawai yang selalu berolahraga setiap harinya dan ada 4 pegawai yang tidak termotivasi dan tidak bersemangat atas pekerjaannya.

Dalam konteks pemenuhan berbagai tugas pekerjaan, tingkat kejenuhan kerja seseorang juga dipengaruhi oleh sejauh mana beban kerja yang mereka tanggung. Oleh karena itu, perlu dilakukan pra-survei terkait beban kerja di lingkungan instansi untuk mengidentifikasi potensi masalah yang mungkin muncul, yang diukur melalui beban waktu dan beban mental (Tarwaka, 2017).

**Tabel 1. 3**  
**Hasil Pra-Survei Beban Kerja**

<b>No.</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Ya</b>	<b>Tidak</b>
1.	Saya merasa tugas yang diberikan cukup sulit.	6	4
2.	Saya kurang mampu mengerjakan semua tugas dalam waktu yang singkat.	7	3

Sumber : 10 responden Pegawai BPS Prov. Jambi, 2023

Berdasarkan hasil pra-survei yang telah dilakukan, diketahui terdapat permasalahan terkait beban kerja pada pegawainya. Hal ini diindikasikan dengan sekitar 6 pegawai merasa tugas yang diberikan cukup sulit dan ada 7 pegawai yang kurang mampu menyelesaikan semua tugas dalam waktu singkat. Ini berarti terdapat masalah beban kerja pada para pegawai BPS, hal tersebut dapat menjadi pemicu munculnya kejenuhan kerja.

Di lain sisi, ketika seseorang dihadapkan pada tekanan untuk memenuhi segala tuntutan pekerjaan secara menyeluruh, fenomena stres kerja dapat menjadi kenyataan yang tidak dapat dihindari dan hal tersebut bisa menjadi pemicu munculnya kejenuhan kerja. Oleh karena itu, dilakukan pra-survei terkait stres kerja yang diukur melalui tuntutan tugas dan tuntutan peran (Robbins & Judge, 2017).

**Tabel 1. 4**  
**Hasil Pra-Survei Stres Kerja**

<b>No.</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Ya</b>	<b>Tidak</b>
1.	Saya merasa tugas-tugas yang diberikan terlalu banyak.	8	2
2.	Saya sering memainkan dua peran sekaligus.	8	2

Sumber : 10 responden Pegawai BPS Prov. Jambi, 2023

Berdasarkan informasi dari tabel 1.4, ditemukan ada 8 pegawai yang merasa bahwa tugas yang mereka emban terlalu banyak, sementara 8 pegawai lainnya mengalami stres karena harus memainkan dua peran sekaligus.

Kejenuhan kerja yang terjadi pada seseorang jika tidak segera diatasi akan menjadi kekhawatiran bagi perusahaan/instansi karena dapat menghambat pencapaian visi misi instansi. Dilakukan pra-survei terkait kejenuhan kerja yang diukur melalui kelelahan emosional dan penurunan pencapaian pribadi (Maslach, 2018).

**Tabel 1. 5**  
**Hasil Pra-Survei Kejenuhan Kerja**

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya lelah secara emosional dengan pekerjaan saya saat ini.	7	3
2.	Terkadang saya merasa tidak mampu memenuhi pekerjaan	6	4

Sumber : 10 responden Pegawai BPS Prov. Jambi, 2023

Berdasarkan hasil pra-survei yang telah dilakukan, diketahui terdapat kejenuhan kerja pada pegawainya. Hal ini diindikasikan dengan sekitar 7 pegawai BPS yang kelelahan secara emosional dengan pekerjaannya, dan ada 6 pegawainya yang merasa tidak mampu memenuhi pekerjaan. Ini menandakan terjadi kejenuhan kerja (*burnout*) pada pegawai BPS, karena itu diharapkan manajemennya terutama atasan dapat melakukan tindakan-tindakan untuk dapat mengurangi tingkat kejenuhan kerja di kalangan pegawainnya secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka perlu untuk melakukan analisis lebih lanjut, terkait keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*), beban kerja, stres kerja, dan kejenuhan kerja (*burnout*)

pegawai BPS Provinsi Jambi. Dimana pada penelitian sebelumnya, hasil penelitian oleh Saputro et al. (2020) adalah kejenuhan kerja (*burnout*) dipengaruhi oleh beban kerja dan stres kerja baik secara parsial maupun simultan; pada penelitian Winata & Nurhasanah (2022) mengatakan terdapat pengaruh keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*) terhadap kejenuhan kerja (*burnout*) pada mahasiswa yang bekerja. Hal tersebut, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja, Beban Kerja, dan Stres Kerja terhadap Kejenuhan Kerja Pada Pegawai BPS Provinsi Jambi”**.

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Rumusan masalahnya adalah sebagai berikut berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya.

1. Apakah keseimbangan kehidupan kerja berpengaruh terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi?
2. Apakah beban kerja berpengaruh terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi?
3. Apakah stres kerja berpengaruh terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi?
4. Apakah keseimbangan kehidupan kerja, beban kerja, dan stres kerja berpengaruh terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi?

## **1.3 BATASAN MASALAH**

Pembatasan masalah dilakukan dengan tujuan agar pokok permasalahan yang diteliti tidak terlalu meluas. Berikut batasan masalah dalam penelitian ini.

1. Penelitian ini dilakukan hanya di Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi.
2. Keseimbangan kehidupan kerja pegawai dibatasi oleh keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, dan keseimbangan kepuasan pegawai.
3. Beban kerja pegawai dibatasi oleh beban waktu, beban mental, dan beban fisik pegawai.
4. Stres kerja pegawai dibatasi oleh tuntutan tugas, tuntutan antar pribadi, dan tuntutan peran pegawai.
5. Kejenuhan kerja pegawai dibatasi oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi pegawai.

#### **1.4 TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis variabel-variabel independen terhadap variabel dependen. Tujuannya adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan kehidupan kerja terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi.
2. Untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi.
3. Untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi.
4. Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan kehidupan kerja, beban kerja, dan stres kerja terhadap kejenuhan kerja pada pegawai BPS Provinsi Jambi.

#### **1.5 MANFAAT PENELITIAN**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan dan solusi dalam bidangnya. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut.

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, serta memberikan wawasan dan kontribusi pada pengetahuan tentang manajemen sumber daya manusia, khususnya mengenai keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*), beban kerja, stres kerja, dan kejenuhan kerja (*burnout*).

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

a. Bagi penulis

Penelitian ini memiliki manfaat terhadap pengembangan pengetahuan penulis. Melalui eksplorasi terhadap topik ini, penulis tidak hanya memperdalam pemahaman tentang beban kerja, keseimbangan kehidupan kerja, stres kerja, dan kejenuhan kerja, tetapi juga dapat mengoptimalkan keahlian yang diperoleh selama masa studi di perguruan tinggi. Khususnya, penelitian ini memberikan peluang bagi penulis untuk memperluas keterampilan penulisan dan meningkatkan kompetensi dalam analisis statistik.

b. Bagi instansi

Manfaat penelitian ini bagi instansi, dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan kebijakan untuk mengurangi beban kerja; untuk memberikan waktu yang memadai kepada pegawai guna memenuhi kebutuhan pribadi dan keluarga; sebagai landasan untuk memberikan dukungan dan pelatihan kepada pegawai dalam mengelola stres; memberi wawasan tentang faktor yang mempengaruhi tingkat kejenuhan kerja; serta membantu instansi

mengelola sumber daya manusia dengan lebih efisien dengan mengoptimalkan penempatan tugas, dan mendistribusikan tanggung jawab dengan lebih bijak sehingga mereka dapat tetap produktif dan berkembang secara optimal dalam pekerjaan mereka.

c. Bagi pegawai

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada para pegawai mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi sebagai upaya dalam merawat kesejahteraan mental dan fisik. Penelitian ini juga dapat memberikan wawasan terkait dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keseimbangan kehidupan kerja, beban kerja, tingkat stres, dan potensi kejenuhan kerja, sehingga para pegawai mampu mengembangkan strategi efektif dalam mengelola semua aspek tersebut secara optimal dan berkelanjutan.