

**HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN *BURNOUT* PADA WIRAUSAHAWAN
PEMULA**

SKRIPSI



Oleh :

Aurora Jessica

NRP. 7103021030

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA 2025**

HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA WIRAUSAHAWAN PEMULA

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi Sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

Aurora Jessica

NRP 7103021030

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Aurora Jessica

NRP : 7103021030

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA WIRAUSAHAWAN PEMULA

Laporan yang saya tulis di bawah merupakan benar-benar pekerjaan saya sendiri dan tidak ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila selanjutnya terdapat tanda-tanda bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarisme atau terdapat manipulasi data, saya bersedia mendapatkan sanksi berupa pencabutan gelar dan gelar yang diperoleh, serta menyampaikan permintaan maaf pada pihak-pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan penuh kesadaran dalam membuatnya,

Surabaya, 18 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



Aurora Jessica

7103021030

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Aurora Jessica

NRP : 7103021030

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA WIRAUSAHAWAN PEMULA

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 18 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



Aurora Jessica

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PERSEPSI DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA
WIRAUSAHAWAN PEMULA**

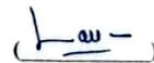
Oleh:

Aurora Jessica

NRP 7103021030

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si.



NIDN : 711130776

Email : laila.ukwms.ac.id@gmail.com

Surabaya, 18 Mei 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada Wirausahawan Pemula” oleh Aurora Jessica (7103021030) dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 3 Juni 2025

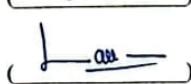
Mengesahkan
Fakultas Psikologi,

James Maria Somargi, Ph.D., Psikolog

Dewan Penguji :

- | | |
|---------------|----------------------------------|
| 1. Ketua | : Yuni Apsari, M.Si., Psikolog |
| 2. Sekretaris | : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog |
| 3. Anggota | : Dr. Dessi Christanti, M.Si |
| 4. Anggota | : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si |
| NIDN | : 711130776 |



HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan kepada:

Tuhan Yesus Kristus

Orang tua, Seluruh Dosen Fakultas Psikologi, seluruh sahabat-sahabat yang menyemangati dan memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, dan seluruh wirausahawan pemula

HALAMAN MOTTO

“Serahkan segala kekuatiranmu kepada-Nya, sebab ia yang memelihara kamu”

-1 Petrus 5:7-

“Believe you can and you’re halfway there”

-Theodore Roosevelt-

“Life may be tough, but so are you. Keep going, you’re doing great.”

-Unknown-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa karena selalu menyertai dan menolong bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Penelitian ini bukan hanya usaha dan kekuatan peneliti tetapi karena penyertaan Tuhan dan seluruh pihak yang telah mendukung dan membantu penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada Wirauasahawan Pemula”. Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Agnes Maria Sumargi, G.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D. Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan berbagai dukungan, pembelajaran dan bantuan selama proses perkuliahan.
2. Ibu Dr. Nurlaila Effendy, M.Psi. Selaku dosen pembimbing yang selalu mendukung, membantu, membimbing, mengarahkan, menyemangati dan membagikan ilmunya selama proses penelitian.
3. Bapak Andhika Alexander Repi, M. Psi., Psikolog dan Dr. Fransisca Dessi Christanti, M.Si. dan Yuni Apsari, M.Si., Psikolog selaku dosen penguji saya yang memberikan saran-saran dan masukan agar penelitian ini menjadi lebih baik.
4. Ibu TU yang selama ini membantu terkait keuangan saya hingga saya bisa lanjut berkuliah hingga akhir dan dapat melanjutkan penelitian ini.
5. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang membantu selama proses perkuliahan dari awal hingga akhir.
6. Mama dan Cece selaku orangtua dan kakak peneliti yang sudah mengerahkan seluruh tenaga untuk peneliti agar bisa membiayai perkuliahan sehingga peneliti bisa berkuliah sampai akhir, mendoakan, menyayangi, menenangkan, menyemangati peneliti sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan baik.
7. Kepada seluruh subjek penelitian yang sudah meluangkan waktu untuk mengisi serta berpartisipasi dengan penuh kesadaran dalam penelitian ini.
8. Natan yang selalu memberikan semangat, dukungan secara emosional, bantuan, menemani selama perkuliahan dan penelitian ini.

9. Sahabat baik saya (Ruth Jenny, Ruth, Kezia, Naomi) yang membantu, mendukung, menyemangati dan mendengarkan semua masalah saya terkait perkuliahan dan penelitian ini.
10. Pratiwi Anita, Chelsea, Chica, Benedict, Jesslyn, Anggieta selaku teman di perkuliahan yang membantu dalam penelitian ini seperti memberi saran, masukan, ilmu, dukungan dan semangat.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAKSI	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Batasan Masalah	13
1.3 Rumusan Masalah	13
1.4 Tujuan Penelitian	13
1.5 Manfaat Penelitian	13
BAB II LANDASAN TEORI	15
2.1. <i>Burnout</i>	15
2.1.1 Definisi <i>Burnout</i>	15
2.1.2 Aspek <i>Burnout</i>	15
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	16
2.2. Dukungan Sosial.....	17
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial	17
2.2.2 Dimensi Dukungan Sosial	18
2.3 Wirausahawan	18
2.3.1 Definisi Wirausahawan Pemula	18
2.3.2 Karakteristik Wirausahawan	19

2.4 Keterkaitan antara <i>burnout</i> dengan dukungan sosial pada wirausahawan Pemula	19
2.5 Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	23
3.3 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Teknik Pengambilan Sampel	24
3.4 Metode Pengumpulan Data	24
3.4.1 Skala <i>Burnout</i>	25
3.4.2 Skala Dukungan Sosial	26
3.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	27
3.5.1 Validitas Alat Ukur	27
3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur	27
3.6 Teknik Analisis Data	28
3.7 Etika Penelitian	28
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PELAKSANAAN	30
4.1 Orientasi Kancan Penelitian	30
4.2 Persiapan Pengambilan Data	31
4.2.1 Peminjaman dan Persiapan Alat Ukur	31
4.2.2 Penyusunan Kuisisioner kedalam Google Form	31
4.3 Pelaksanaan Penelitian	31
4.4 Hasil Penelitian	32
4.4.1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	32
4.4.2 Deskripsi Identitas Responden	33
4.4.3 Deskripsi Data Variabel Penelitian	37
4.4.4 Hasil Uji Asumsi	46
4.4.5 Hasil Uji Hipotesis	46
BAB V PENUTUP	47
5.2 Simpulan	51
5.3 Saran	52

DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint</i> Variabel <i>Burnout</i>	25
Tabel 3.2	Alternatif Jawaban Variabel <i>Burnout</i>	26
Tabel 3.3	<i>Blueprint</i> Variabel Dukungan Sosial	26
Tabel 3.4	Alternatif Jawaban Variabel Dukungan Sosial	27
Tabel 4.1	Distribusi Jenis Kelamin Responden ($N=87$)	33
Tabel 4.2	Distribusi Generasi Responden	34
Tabel 4.3	Distribusi Tempat Tinggal Responden	34
Tabel 4.4	Distribusi Jenis Usaha Responden	35
Tabel 4.5	Distribusi Tahun membuka usaha Responden	35
Tabel 4.6	Distribusi Pendapatan Responden	35
Tabel 4.7	Distribusi Jumlah Karyawan Responden	36
Tabel 4.8	Distribusi Status Pekerjaan Pasangan Responden	36
Tabel 4.9	Distribusi Pendampingan Mentor pada Responden	37
Tabel 4.10	Kategorisasi Skor Responden pada Dukungan sosial	38
Tabel 4.11	Kategorisasi Skor Responden pada <i>Burnout</i>	39
Tabel 4.12	Kategori Skor Responden pada Persepsi dukungan sosial dan <i>burnout</i>	40
Tabel 4.13	Tabulasi Silang Generasi Responden dengan Persepsi Dukungan Sosial	41
Tabel 4.14	Tabulasi Silang Tahun Usaha Responden dengan Persepsi Dukungan Sosial	41
Tabel 4.15	Tabulasi Silang Penggunaan Mentor Responden dengan Persepsi Dukungan Sosial	42
Tabel 4.16	Tabulasi Silang Jenis Usaha Responden dengan Persepsi Dukungan Sosial	43
Tabel 4.17	Tabulasi Silang Generasi Responden dengan <i>Burnout</i>	43
Tabel 4.18	Tabulasi Silang Tahun Bekerja Responden dengan <i>Burnout</i>	44
Tabel 4.19	Tabulasi Silang Penggunaan Mentor pada Responden dengan <i>Burnout</i>	45
Tabel 4.20	Tabulasi Silang Jenis Usaha pada Responden dengan <i>Burnout</i>	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Pie Chart Preliminary</i> tantangan dalam usaha	4
Gambar 1.2 <i>Pie chart Aspek Emotional Exhaustion</i>	5
Gambar 1.3 <i>Pie Chart Aspek Cynicism</i>	7
Gambar 1.4 <i>Pie chart Aspek Cynicism</i>	7
Gambar 1.5 <i>Pie chart Aspek Personal Accomplishment</i>	8
Gambar 1.6 <i>Pie chart</i> faktor mempengaruhi <i>burnout</i>	11

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Data Demografi Responden	58
Lampiran 2: Data coding skala Persepsi Dukungan Sosial dan <i>Burnout</i>	68
Lampiran 3: Validitas dan Reabilitas Persepsi Dukungan Sosial	76
Lampiran 4: Validitas dan Reabilitas <i>Burnout</i>	77
Lampiran 5: Uji Normalitas dan Linearitas	78
Lampiran 6: Uji Hipotesis	78
Lampiran 7: Perizinan alat ukur Persepsi Dukungan Sosial dan <i>Burnout</i>	79

Aurora Jessica (2025). “*Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan Burnout pada Wirausahawan Pemula*”. ***Skripsi Sarjana Strata 1. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.***

ABSTRAKSI

Burnout merupakan kondisi kelelahan emosional, sinisme dan penurunan pencapaian diri yang dialami individu akibat tekanan kerja. Salah satu faktor yang diyakini mampu mengurangi tingkat *burnout* adalah dukungan sosial, yaitu persepsi individu terhadap ketersediaan bantuan atau perhatian dari lingkungan sosialnya. Pada wirausahawan pemula, rentan mengalami *Burnout* karena berada di fase awal usaha yang penuh tantangan, sehingga dukungan sosial dipandang penting untuk membantu mengurangi tekanan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan *burnout* pada wirausahawan pemula. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 87 orang wirausahawan pemula yang dipilih menggunakan teknik *incidental sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi Maslach-Trisni *Burnout Inventory* (M-TBI) untuk mengukur tingkat *burnout* dan *Multidimensional Perceived Social Support Scale* (MPSS) untuk mengukur persepsi dukungan sosial. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *burnout* pada wirausahawan pemula. Kategori *Burnout* yang paling dominan adalah sedang dan persepsi dukungan sosial yang paling banyak dominan adalah sangat tinggi. Nilai korelasi Sig. 0,223 ($p > 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial belum tentu menjadi faktor yang berpengaruh secara langsung terhadap *Burnout* dalam konteks ini.

Kata kunci: *Burnout, Dukungan Sosial, Wirausahawan Pemula*

Aurora Jessica (2025). *“The relationship between perceived social support and burnout in novice entrepreneurs”*. **Undergraduate Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University of Surabaya.

ABSTRACT

Burnout is a condition of emotional exhaustion, cynicism, and decreased self-achievement experienced by individuals due to work pressure. One factor that is believed to be able to reduce the level of burnout is social support, namely the individual's perception of the availability of help or attention from their social environment. In novice entrepreneurs, they are susceptible to Burnout because they are in the early stages of a challenging business, so social support is considered important to help reduce this pressure. This study aims to determine whether there is a relationship between the perception of social support and burnout in novice entrepreneurs. This study uses a quantitative approach with a correlational method. The subjects in this study were 87 novice entrepreneurs who were selected using incidental sampling techniques. The instruments used include the Maslach-Trisni Burnout Inventory (M-TBI) to measure the level of burnout and the Multidimensional Perceived Social Support Scale (MPSS) to measure the perception of social support. The results of the data analysis showed that there was no significant relationship between the perception of social support and Burnout in novice entrepreneurs. The most dominant category of Burnout is moderate and the most dominant perception of social support is very high. Sig correlation value. 0.223 ($p > 0.05$). This, it can be concluded that social support is not necessarily a factor that directly influences burnout in this context.

Keywords: *Burnout, Social Support, Novice Entrepreneurs*