

PERAN *EMPLOYEE ENGAGEMENT* TERHADAP *BURNOUT* KARYAWAN KERJA *SHIFT* MALAM

Widad Nabila Lutfan¹, Taufik Achmad Dwi Putro²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Karyawan yang mendapat *shift* malam sering berada pada situasi tidak mampu bekerja dengan baik akibat kelelahan. Karyawan dengan *shift* malam juga memiliki beban mental kerja yang lebih tinggi dibanding *shift* lain. Beban mental kerja yang tinggi ini dapat mengakibatkan stres kerja karyawan sampai *burnout*. Pada penelitian terdahulu, *engagement* menjadi faktor penting dalam menekan *burnout* yang dialami oleh karyawan, dimensi yang ada di dalam *engagement* yaitu *reward and recognition*, dapat membantu menekan *burnout* pada karyawan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peran *employee engagement* karyawan terhadap *burnout* bagi karyawan yang bekerja pada *shift* malam. Metode pengumpulan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*. Responden penelitian adalah 104 karyawan perusahaan swasta yang selama 1-3 bulan terakhir mengambil *shift* malam. Penelitian ini menggunakan pengukuran *Maslach Burnout Inventory* dan *Utrecht Work Engagement Scale* (UWES-17). Hasil analisis regresi linier sederhana menemukan bahwa terdapat peran *employee engagement* senilai 22,4% terhadap *burnout*. Hal ini berarti membuktikan adanya peran *employee engagement* terhadap *burnout* karyawan kerja *shift* malam.

Kata kunci: *employee engagement, burnout, karyawan shift malam.*

Abstract

Employees who get night shifts are often in a situation of not being able to work properly due to fatigue. Employees with night shifts also have a higher mental workload than other shifts. This high mental workload can cause work stress or worse burnout to employee. In previous studies, engagement is an important factor in suppressing burnout experienced by employees, engagement dimensions namely



rewards and recognition, can help reduce burnout in employees. The purpose of this study was to determine the role of employee engagement on burnout for employees who work on the night shift. The method used for sample collection was non-probability sampling. Respondents were 104 employees of private companies who for the last 1-3 months took night shifts. This study uses measurements of Maslach Burnout Inventory and Utrecht Work Engagement Scale (UWES-17). The results of simple linear regression analysis found that there was a 22.4% role for employee engagement on burnout. This means proving the role of employee engagement on burnout of night-shift employees.

Keywords: employee engagement, burnout, night-shift employee