

ABSTRAK

Lingkungan kerja yang penuh tekanan dapat membuat karyawan wanita rentan mengalami burnout, sehingga penting untuk menciptakan suasana kerja yang nyaman dan mendukung. Salah satu upaya untuk menciptakan suasana kerja yang positif adalah dengan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal guna membangun hubungan sosial yang harmonis dan mengurangi tekanan yang dapat memicu burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan burnout pada karyawan wanita. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan burnout pada karyawan wanita. Subjek penelitian ini berjumlah 76 karyawan wanita dan telah bekerja minimal satu tahun. Pengambilan data penelitian ini menggunakan Skala Kemampuan Komunikasi Interpersonal dan Skala Burnout dengan teknik analisis *Pearson Correlation*. Hasil koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,487 dan $p = 0,000$ ($p < 0,010$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan burnout pada karyawan wanita. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal memiliki kontribusi terhadap burnout dengan koefisien determinasi (R^2) yang memperoleh sumbangan efektif sebesar 0,237 atau 23,7% dan sisanya 76,3% berasal dari faktor lain. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi burnout di antaranya seperti dukungan sosial, keterlibatan karyawan, konflik keluarga, dan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: Kemampuan komunikasi interpersonal, burnout, karyawan wanita

ABSTRACT

Stressful work environment can make female employees more susceptible to burnout, so it is important to create a comfortable and supportive work atmosphere. One of the ways to create a positive work atmosphere is to improve interpersonal communication skills in order to build harmonious social relationships and reduce pressure that can trigger burnout. The aims of this study is to determine the relationship between interpersonal communication skills and burnout in female employees. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between interpersonal communication skills and burnout in female employees. The participants of this research were 76 female employees and had worked for at least 1 year. Data collection in this study used the Interpersonal Communication Skills Scale and the Burnout Scale using the pearson correlation analysis technique. The results of the correlation coefficient (r_{xy}) = -0.487 and $p = 0,000$ ($p < 0.010$) was obtained, which indicated that there was a significant negative relationship between interpersonal communication skills and burnout in female employees. The acceptance of the hypothesis in this research explains that interpersonal communication skills have a contribution to burnout with a determination coefficient (R^2) which obtained an effective contribution of 0.237 or 23.7% and the remaining 76.3% came from other factors. Other factors that influence burnout include social support, employee involvement, family conflict, and psychological well-being.

Keywords: *Interpersonal communication skills, burnout, female employees*