

**HUBUNGAN *MOTIVATION FOR SOLITUDE* DENGAN KELELAHAN
EMOSIONAL PADA WANITA BEKERJA USIA 30-45 TAHUN**

SKRIPSI

UNIVERSITAS ANDALAS

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



**RENASYA NURUL AULIA
2010323024**

**Dosen Pembimbing:
Nelia Afriyeni, S.Psi., MA
Siska Oktari, M.Psi., Psikolog**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2024**

THE CORRELATION BETWEEN MOTIVATION FOR SOLITUDE AND EMOTIONAL EXHAUSTION ON 30-45 YEARS OLD WORKING WOMEN

Renasya Nurul Aulia¹⁾, Nelia Afriyeni²⁾, Siska Oktari²⁾, Rani Armalita²⁾, Meria Susanti²⁾

¹⁾*Student of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Universitas Andalas*

²⁾*Department of Psychology, Faculty of Medicine, Universitas Andalas*

renasyaaulia@gmail.com

ABSTRACT

The pressure experienced by working women aged 30-45 in the workplace due to the dual roles they must fulfill results in fatigue stemming from the depletion of emotional resources, known as emotional exhaustion. This is further exacerbated by the lack of time for self-care. The effectiveness of solitude is influenced by two types of motivation for solitude, which are associated with different psychological conditions. The objective of this study was to examine the relationship between these two types of motivation for solitude and emotional exhaustion among working women aged 30-45. The sample for this study comprised 204 working women aged 30-45 in Palembang, selected using accidental sampling techniques. The methodology used was quantitative correlational analysis using Spearman's Rank. Data was collected by using the adoption of the emotional exhaustion subscale from the Maslach-Trisni Burnout Inventory (M-TBI) by Widhianingtanti & Luijtelaar (2022) and the adaptation of the Motivation for Solitude Scale-Short Form (MSS-SF) by Thomas & Azmitia (2019). The results indicated that there was significant positive correlation between both self-determined and non-self-determined motivation for solitude and emotional exhaustion among working women aged 30-45 ($0.000 < 0.05$ and $0.001 < 0.05$).

Key word: *Emotional exhaustion, motivation for solitude, women, working*

HUBUNGAN *MOTIVATION FOR SOLITUDE* DENGAN KELELAHAN EMOSIONAL PADA WANITA BEKERJA USIA 30-45 TAHUN

Renasya Nurul Aulia¹⁾, Nelia Afriyeni²⁾, Siska Oktari²⁾, Rani Armalita²⁾, Meria Susanti²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

²⁾Departemen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

renasyaaulia@gmail.com

ABSTRAK

Tekanan yang diterima oleh wanita bekerja berusia 30-45 tahun di tempat kerja akibat peran ganda yang harus dipenuhi menyebabkan mereka mengalami kelelahan akibat berkurangnya sumber daya emosional yang disebut dengan kelelahan emosional. Hal ini juga dipicu oleh kurangnya waktu untuk memperhatikan diri sendiri. Efektivitas waktu menyendiri tersebut dipengaruhi oleh dua jenis *motivation for solitude* yang berhubungan dengan kondisi psikologis yang berbeda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kedua jenis *motivation for solitude* dengan kelelahan emosional pada wanita bekerja usia 30-45 tahun. Sampel penelitian ini berjumlah 204 orang wanita bekerja yang berusia 30-45 tahun di Kota Palembang. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling*. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan *Spearman's Rank*. Pengumpulan data dilakukan dengan adopsi alat ukur *emotional exhaustion Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) oleh Widhianingtanti & Luijtelaar (2022) dan adaptasi *Motivation for Solitude Scale-Short Form* (MSS-SF) oleh Thomas & Azmitia (2019). Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-determined* dan *not self-determined motivation for solitude* dengan kelelahan emosional pada wanita bekerja usia 30-45 tahun ($0,000 < 0,05$ dan $0,001 < 0,05$) dengan arah hubungan yang positif.

Kata Kunci: Bekerja, kelelahan emosional, *motivation for solitude*, wanita