

**HUBUNGAN ANTARA PENGHARGAAN DIRI
DENGAN STRES KERJA PADA KARYAWAN
PT FARIKA BETON**

SKRIPSI

Oleh:

THERESIA AKFILA

201310515147



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2019

LEMBAR PERSETUJUAN

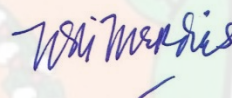
Judul Skripsi : Hubungan Antara Penghargaan Diri Dengan
Stres Kerja Pada Kearyawan Di PT Farika Beton
Nama Mahasiswa : Theresia Akfila
Nomor Pokok Mahasiswa : 201310515147
Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi 9 Agustus 2019

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Neil Aldrin M.Psi., Psikolog
NIP 1705284

Dr. Netty Merdiaty. MM
NIP : 1906423



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Penghargaan Diri Dengan Stres
Kerja Pada Karyawan PT Farika Beton
Nama Mahasiswa : Theresia Akfila
Nomor Pokok Mahasiswa : 201310515147
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi, 9 Agustus 2019

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Kus Hanna Rahmi., M.Psi., Psikolog

NIP. 051510033

Penguji 1 : Andreas Corsini, S.Fil., MA

NIP. 15069126

Penguji 2 : Dr. Netty Merdiaty, MM

NIP. 1906423

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

A/n Dekan Fakultas Psikologi,
Wakil Dekan 1

Yunike Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikologi

NIP. 1801316

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801312

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi berjudul **Hubungan antara Penghargaan Diri dengan Stres Kerja pada Karyawan PT Farika Beton** ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difotocopy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikan melalui internet selama publikasi tersebut melalui portar Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 20 Juli 2019
Yang membuat pernyataan,



Theresia Akfila
201310515147

ABSTRAK

Hubungan Penghargaan diri dengan Stres Kerja pada Karyawan PT. Farika Beton.

Stres kerja adalah suatu reaksi psikologis maupun fisik seseorang terhadap sebuah kejadian atau peristiwa di tempat kerja yang dianggap sebagai tuntutan pekerjaan. Stres kerja akan menimbulkan beberapa dampak yaitu (1) berhubungan dengan pekerjaan, (2) berhubungan dengan emosi, (3) berhubungan dengan fisik.

Penghargaan diri adalah sejauh mana kualitas dan karakteristik yang terkandung dalam konsep diri seseorang yang dianggap positif. Hal ini mencerminkan citra fisik diri seseorang, pandangan atas pencapaian dan kemampuannya, serta nilai-nilai dan keberhasilan yang dirasakan dalam memahami mereka, serta cara orang lain melihat dan menanggapi orang tersebut. Aspek dari penghargaan diri yang digunakan adalah (1) perasaan diterima, (2) perasaan mampu, dan (3) perasaan berharga.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penghargaan diri dengan stres kerja pada karyawan PT Farika Beton. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 100 subjek yang berasal dari karyawan PT Farika Beton. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu *nonprobability sampling*. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan korelasi *product moment*. Hasil korelasi antara penghargaan diri dengan stres kerja sebesar -0.753 dengan $p=0.000$ ($p < 0.005$), yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan stres kerja.

Kata kunci : Penghargaan Diri, Harga Diri, Stres Kerja,

ABSTRAK

Hubungan Penghargaan diri dengan Stres Kerja pada Karyawan PT. Farika Beton.

Work stres is a psychological or physical reaction on someone against an event on work place which is considered as work demans. Work stres will cause several impact that is (1) job-related, (2) emotion-related, (3) physiological.

Self-esteem is how positive someone who think themselves which include quality and characteristic personal. This makes physical image, view of achievement and skill, and also succeeded value that they feel for themselves and how other see them and behave to them. Aspect of self-esteem is (1) sense of accepted, (2) sense of adequate, and (3) sense of worthiness.

The purpose of this research to determine the correlation between self-esteem with work stres on PT Farika Beton workers. The sampling technique used is probability sampling. Analysis of the data used in this research is using product moment correlation. The correlation between self-esteem with work stress is equal to -0.753, $p=0.000$ ($p < 0.005$), which means there is a significant negative correlation between self-esteem and work stress.

Kata kunci : Self-esteem, work stress

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia yang dilimpahkanNya, penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Penghargaan Diri Dengan Stres Kerja Pada Karyawan di PT Farika Beton”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh bimbingan, pengarahan dan saran-saran dari berbagai pihak. Oleh karenanya, dengan segala kerendahan hati penulis ingin berterimakasih kepada:

1. Bapak Irjen Pol. (Purn) Drs. H. Bambang Karsono,SH., MM., Selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Bapak Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara dan selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya.
3. Ibu Dr. Netty Merdiaty, MM., Selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya.
4. Ibu Yurike Balsa, M.Psi., Psikolog Selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
5. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi.,MA Selaku Dosen Pembimbing Akademik 2013/2019.
6. Ibu Budi Sarasati, SKM., M.Si Selaku Dosen Pembimbing Akademik 2013/2018.
7. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog, Ibu Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog, Bapak Erik Saut H. Hutahean, S.Psi., M.Si selaku dosen yang telah banyak membantu penulis sebagai mahasiswa.
8. Bapak Germanus Gervasius dan Ibu Agetsia Ballo selaku orang tua yang telah mendukung penulis untuk mengerjakan skripsi dan selalu memberikan bantuan baik moril maupun materil.
9. Anita DN, ST., dan E.H.N Chindy selaku saudara yang telah telah mendukung penulis untuk mengerjakan skripsi dan selalu memberikan bantuan baik moril maupun materil.
10. Angga Heramawan, Nurul Hilda, Belva Indri, Furry Anastasia, Bibi, Bintang Syahroni, Ruri Irawati, Agik Kristanto, Ika Lusiana, Yossie

Septiana, David, bu Aminah, bu Munawati, Eka Widyawati, Galuh, Ismi, Ummil, Diah, Putri, Erika, Viki, Vhella Febri, Emma Rachmwati, Kiki Badriyanto Rifqy Hafiz, Ayun Villa Robby Arianto dan rekan-rekan team administrasi *batching plant* PT Farika Beton 2016-2018 yang telah banyak membantu dan memberi dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

11. Seluruh rekan-rekan perantauan dari berbagai daerah, juga teman-teman mahasiswa/i Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara angkatan 2013 yang selalu bersedia memberikan dukungan emosi, tenaga, maupun materi pada penulis.

Penulis menyadari bahwa masih adanya kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca, agar penulis dapat berkarya dengan lebih baik. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin

Bekasi, 26 Juli 2019



Theresia Akfila

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	
Validitas Penghargaan Diri	
Validitas Stres Kerja	
Reliabilitas Penghargaan Diri	
Reliabilitas Stres Kerja	
Frekuensi Penghargaan Diri	
Frekuensi Stres Kerja	
Deskriptif Penghargaan Diri	
Deskriptif Stres Kerja	
Data Subjek Penelitian	
Uji Linearitas	
Uji Normalitas	
Uji Korelasi	

BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Uraian Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Penghargaan Diri	10
2.1.1 Pengertian Penghargaan Diri	10
2.1.2 Aspek Penghargaan Diri	11
2.2 Stres Kerja	13
2.2.1 Pengertian Stres	13
2.2.2 Pengertian Stres Kerja	15
2.2.3 Faktor Yang Memengaruhi Stres Kerja	16
2.2.4 Aspek Stres Kerja	20
2.3 Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Penghargaan Diri	21
2.4 Kerangka Berfikir	21
2.5 Hipotesis Penelitian	22
METODE PENELITIAN	23
3.1 Tipe Penelitian	23
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.3 Definisi Operasional	24
3.3.1 Penghargaan Diri	24
3.3.2 Stres Kerja	24
3.4 Populasi Dan Sampel	25

3.5	Teknik Pengumpulan Data	25
3.5.1	Instrumen Penelitian	26
3.5.2	Validitas Dan Reliabilitas	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		35
4.1	Gambaran Konteks Atau Ruang Lingkup Penelitian	35
4.2	Pelaksanaan Penelitian	35
4.2.1	Persiapan Penelitian	35
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	36
4.3	Hasil Penelitian	36
4.3.1	Kategori Subjek Penelitian	36
4.3.1.1	Jenis Kelamin	36
4.3.1.2	Usia	36
4.3.1.3	Responden dengan variabel stres kerja	37
4.3.1.4	Responden dengan variabel penghargaan diri	38
4.3.2	Uji Hipotesis	39
4.3.2.1	Uji Normalitas	39
4.3.2.2	Uji Linearitas	40
4.3.2.3	Uji Korelasi	41
4.4	Pembahasan	42
BAB V PENUTUP		43
5.1	Kesimpulan	43
5.2	Saran	44
5.2.1	Saran Teoritis	44
5.2.2	Saran Praktis	45



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Ciri-ciri Harga Diri	12
Tabel 3.1 Skoring Kuesioner.....	25
Tabel 3.2 Blueprint Skala Stres Kerja.....	25
Tabel 3.3 Blueprint Penghargaan Diri.....	26
Tabel 3.4 Pedoman Intepretasi Koefisien Korelasi	28
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja.....	29
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala Penghargaan Diri	31
Tabel 3.7 Reliability Stres Kerja.....	32
Tabel 3.8 Reliability Penghargaan Diri	32
Tabel 4.1 Hasil Uji Coba Instrumen	34
Tabel 4.2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Tabel 4.3 Responden Berdasarkan Usia.....	36
Tabel 4.4 Deskriptif Responden Variabel Stres Kerja.....	36
Tabel 4.5 Kategori Responden Stres Kerja	37
Tabel 4.6 Deskriptif Responden Variabel Penghargaan Diri.....	37
Tabel 4.7 Kategori Responden Penghargaan Diri	38
Tabel 4.8 Uji Normalitas	39
Tabel 4.9 Uji Linearitas	39
Tabel 4.10 Uji Korelasi	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Hubungan Stres Kerja.....	16
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir.....	21

