

**HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT MITRA KELUARGA BEKASI TIMUR DI MASA PANDEMI**  
**SKRIPSI**



**OLEH**  
**Elyoenai Rudang S.M**  
**201710515146**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Stres Kerja Dengan  
*Psychological Well-Being* Pada Perawat  
Di Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi Timur Di  
Masa Pandemi  
Nama Mahasiswa : Elyoenai Rudang Sembiring Meliala  
Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 21 Desember 2021

Bekasi, 28 Desember 2021

MENYETUJUI

Pembimbing I

Pembimbing II

Rika Fitriyana, M.Psi., Psikologi  
NIDN 0327068402

Dimasara Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si  
NIDN 0324048801

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Stres Kerja Dengan  
*Psychological Well-Being* Pada Perawat Di  
Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi Timur Di  
Masa Pandemi

Nama Mahasiswa : Elyoenai Rudang Sembiring Meliala

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515146

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 21 Desember 2021

Bekasi, 28 Desember 2021

MENGESAHKAN

Ketua Tim Penguji : Rijal Abdillah, S.Psi., MA

NIDN 0320048501

Penguji I : Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si

NIDN 0324048801

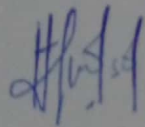
Penguji II : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog

NIDN 0327068402

MENGETAHUI, RAYA

Ketua Program Studi

Psikologi

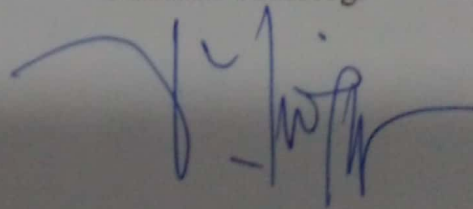


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN 0314078503

Dekan

Fakultas Psikologi



Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIDN 0317128504

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi/tesis\* yang berjudul Hubungan Stres Kerja dengan *Psychological Well-Being* Pada Perawat di Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi Timur Pada Masa Pandemi ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri 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 di kemudian 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 difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi/tesis\* ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 09 Maret 2022

Yang Membuat Pernyataan,



## ABSTRAK

Elyoenai Rudang Sembiring Meliala.201710515146. Hubungan Stres Kerja Dengan Psychological Well-Being Pada Perawat Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi Timur di Masa Pandemi.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan stres kerja dengan *psychological-well being* pada perawat. Metode penelitian ini adalah kuantitatif, dengan jenis tipe penelitian ialah korelasional. Populasi yang digunakan adalah seluruh perawat. Dengan sampel penelitian berjumlah 117 orang, dengan menggunakan teknik random sampling. Hasil penelitian ini berdasarkan uji korelasional *Pearson* menunjukkan stres kerja dan *psychological well-being* memiliki hubungan dengan kekuatan yang sangat tinggi. Karena arah angka koefisien korelasi hasilnya negatif maka korelasinya berbanding terbalik yaitu ( $r = -0,370$ , dengan  $p > 0.000$ ). Maksudnya adalah jika seseorang memiliki *psychological well-being* yang tinggi maka semakin rendah stres kerja yang dialami. Dan berdasarkan hasil kategorisasi bahwa kedua variabel berada di tingkat sedang. Pada stres kerja tingkat sedang mengali waktu kerja yang melebihi batas, adanya tuntutan kerjaan, yang mengakibatkan seseorang mengalami gangguan pencernaan jika sedang berada di tingkat stres kerja sedang, oleh sebab itu perlu adanya peningkatan *psychological well-being* pada perawat.

Kata Kunci : Stres Kerja, *Psychological Well-Being*, Perawat , Rumah Sakit

## ABSTRACT

Elyoenai Rudang Sembiring Meliala.201710515146. Correlational between Work Stress and Psychological Well-Being in Nurses at Mitra Keluarga Hospital, East Bekasi in the Pandemic Period.

The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between work stress and *psychological-well being* in nurses. This research method is quantitative, with the type of research type is correlational. The population used is all nurses. The research sample is 117 people, using random sampling technique. The results of this study based on the correlation *Pearson Test* showed that work stress and *psychological well-being* had a very high strength relationship. Because the direction of the correlation coefficient is negative, the correlation is inversely proportional to ( $r = -0.370$ , with  $p > 0.000$ ). The point is that if a person has a high psychological well-being, the lower the work stress experienced. And based on the results of the categorization that the two variables are at a moderate level. At a moderate level of work stress multiplies work time that exceeds the limit, there are work demands, which causes a person to experience digestive problems if he is at a moderate level of work stress, therefore it is necessary to increase the psychological well-being of nurses.

Keywords: Job Stress, *Psychological Well-Being*, Nurse, Hospital

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkatnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini merupakan tugas akhir penulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mencapai gelar Sarjana Psikologi. Adapun judul skripsi ini adalah “Hubungan Stres Kerja dengan Psychological Well-Being Pada Perawat Di Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi Timur”.

Perjalanan panjang telah penulis lalui untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan. Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Tuhan memberikan balasan terbaik kepada :

1. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan arahan dan masukan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Ibu Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan saran dan masukan untuk skripsi ini.
4. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., M.A Selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran saat sidang sempro dan sidang skripsi agar skripsi saya lebih baik.

5 .Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu penulis dari awal perkuliahan hingga saat ini.

6. Kedua orangtua yang sangat saya sayangi, adik saya Pipin dan Jery,serta semua keluarga yang selalu mendoakan, memberi dukungan moril, materil maupun semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

7. Untuk Rina, Kholip, Rusda dan teman-teman seangkatan 2017 yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu. Terimakasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari betul penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Bekasi, 26 Desember 2021

Yang Membuat Pernyataan

Elyoenai Rudang S.M

201710515146

## DAFTAR ISI

|                                      |        |
|--------------------------------------|--------|
| LEMBAR PERSETUJUAN.....              | ii     |
| LEMBAR PENGESAHAN.....               | iii    |
| LEMBAR PERNYATAAN.....               | iv     |
| ABSTRAK .....                        | v      |
| ABSTRACT.....                        | vi     |
| KATA PENGANTAR.....                  | vii    |
| DAFTAR ISI.....                      | viii   |
| DAFTAR GAMBAR.....                   | ix     |
| DAFTAR TABEL.....                    | x      |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                 | xi     |
| <br>BAB I.....                       | <br>1  |
| PENDAHULUAN.....                     | 1      |
| 1.1 Latar Belakang Permasalahan..... | 1      |
| 1.2 Rumusan Masalah.....             | 8      |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....           | 8      |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....          | 8      |
| 1.5 Uraian Keaslian Penelitian.....  | 8      |
| <br>BAB II.....                      | <br>11 |
| TINJAUAN PUSTAKA.....                | 11     |

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1 <i>Psychological Well-Being</i> .....                        | 11 |
| 2.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i> .....               | 11 |
| 2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> .....              | 12 |
| 2.1.3 Faktor <i>Psychological Well-Being</i> .....               | 15 |
| 2.2 Stres Kerja.....                                             | 17 |
| 2.2.1 Definisi Stres Kerja.....                                  | 17 |
| 2.2.2 Aspek Stres Kerja.....                                     | 18 |
| 2.2.3 Faktor Stres Kerja.....                                    | 19 |
| 2.3 Hubungan Antar Variabel.....                                 | 20 |
| 2.4 Hipotesis Penelitian.....                                    | 21 |
| BAB III .....                                                    | 22 |
| METODE PENELITIAN .....                                          | 22 |
| 3.1 Tipe Penelitian .....                                        | 22 |
| 3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....                        | 22 |
| 3.3 Definisi Operasional Penelitian.....                         | 23 |
| 3.3.1 Definisi Operasional <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 23 |
| 3.3.2 Definisi Operasional Stres Kerja.....                      | 23 |
| 3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....                          | 23 |
| 3.4.1 Populasi Penelitian.....                                   | 23 |
| 3.4.2 Sampel Penelitian.....                                     | 25 |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data.....                                 | 25 |

|                                                                             |        |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------|
| 3.5.1 Instrumen Penelitian .....                                            | 25     |
| 3.5.1.1 <i>Blue Print Psychological Well-Being</i> .....                    | 26     |
| 3.5.1.2 <i>Blue Print</i> Stres Kerja.....                                  | 28     |
| 3.5.2 Validitas dan Reliabilitas.....                                       | 29     |
| 3.5.2.1 Validitas.....                                                      | 29     |
| 3.5.2.1.1 Validitas Uji Coba Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....    | 30     |
| 3.5.2.1.2 Validitas Uji Coba Skala Stres Kerja.....                         | 32     |
| 3.5.2.2 Reliabilitas.....                                                   | 33     |
| 3.5.2.2.1 Reliabilitas Uji Coba Skala <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 34     |
| 3.5.2.2.2 Reliabilitas Uji Coba Skala Stres Kerja.....                      | 34     |
| 3.6 Analisis Data.....                                                      | 35     |
| <br>BAB IV .....                                                            | <br>36 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....                                        | 36     |
| 4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian.....                     | 36     |
| 4.1.1 Lokasi Penelitian.....                                                | 36     |
| 4.2 Pelaksanaan Penelitian.....                                             | 36     |
| 4.2.1 Persiapan Penelitian.....                                             | 36     |
| 4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....                                           | 38     |
| 4.3 Hasil Penelitian.....                                                   | 38     |
| 4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian.....                                   | 38     |
| 4.3.1.1 Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i> .....                  | 38     |

|                                       |        |
|---------------------------------------|--------|
| 4.3.1.2 Kategorisasi Stres Kerja..... | 43     |
| 4.3.2 Uji Hipotesis.....              | 46     |
| 4.3.2.1 Uji Normalitas.....           | 47     |
| 4.3.2.2 Uji Linieritas.....           | 47     |
| 4.3.2.3 Uji Korelasi.....             | 49     |
| 4.4 Pembahasan.....                   | 50     |
| <br>BAB V .....                       | <br>52 |
| SARAN DAN KESIMPULAN.....             | 52     |
| 5.1 Kesimpulan.....                   | 52     |
| 5.2 Saran.....                        | 52     |
| 5.2.1 Saran Teoritis.....             | 52     |
| 5.2.2 Saran Praktis.....              | 52     |
| DAFTAR PUSTAKA.....                   | 53     |
| LAMPIRAN.....                         | 64     |

## DAFTAR TABEL

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| 3.1 Deskripsi Data Perawat.....                                       | 23 |
| 3.2 Skala Likert.....                                                 | 25 |
| 3.3 Blueprint <i>Psychological Well-Being</i> .....                   | 26 |
| 3.4 Blueprint Stres Kerja.....                                        | 28 |
| 3.5 Klasifikasi Daya Beda Aitem.....                                  | 30 |
| 3.6 Hasil Uji Coba Validitas <i>Psychological Well-Being</i> .....    | 31 |
| 3.7 Hasil Uji Coba Validitas Stres Kerja.....                         | 32 |
| 3.8 Klasifikasi Reliabilitas.....                                     | 34 |
| 3.9 Hasil Uji Coba Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 34 |
| 3.10 Hasil Uji Coba Reliabilitas Stres Kerja.....                     | 35 |
| 4.1 Kategorisasi Subjek Penelitian.....                               | 39 |
| 4.2 Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i> .....                | 41 |
| 4.3 Hasil Kategorisasi <i>Psychological Well Being</i> .....          | 41 |
| 4.4 Tingkatan Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i> .....      | 42 |
| 4.5 Deskripsi Tingkat <i>Psychological Well-Being</i> .....           | 44 |
| 4.6 Kategorisasi Stres Kerja.....                                     | 46 |
| 4.7 Hasil Kategorisasi Stres Kerja.....                               | 47 |
| 4.8 Tingkatan Kategorisasi Stres Kerja.....                           | 49 |
| 4.9 Deskripsi Tingkat Stres Kerja.....                                | 49 |
| 4.10 Hasil Uji Normalitas.....                                        | 50 |
| 4.11 Hasil Uji Linieritas.....                                        | 50 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 4.12 Hasil Uji Korelasi..... | 52 |
|------------------------------|----|



## DAFTAR GAMBAR

|                                        |   |
|----------------------------------------|---|
| 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian..... | 2 |
|----------------------------------------|---|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Surat Izin Penelitian.....                                                     | 58 |
| Kuesioner Tryout.....                                                          | 59 |
| Blueprint Stres Kerja Sebelum Try Out.....                                     | 60 |
| Blueprint <i>Psychological Well-Being</i> Sebelum Try Out.....                 | 63 |
| Kuesioner Survei.....                                                          | 67 |
| Reliabilitas Stres Kerja.....                                                  | 68 |
| Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i> .....                             | 68 |
| Uji Coba Validitas Stres Kerja.....                                            | 69 |
| Uji Coba Validitas <i>Psychological Well-Being</i> .....                       | 70 |
| Blueprint Stres Kerja Sesudah Try Out.....                                     | 73 |
| Blueprint <i>Psychological Well-Being</i> Sesudah Try Out.....                 | 77 |
| Hasil Korelasi SPSS Stres Kerja dengan <i>Psychological Well-Being</i> .....   | 81 |
| Hasil Linearitas SPSS Stres Kerja dengan <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 82 |
| Hasil Normalitas SPSS Stres Kerja dengan <i>Psychological Well-Being</i> ..... | 82 |