

**GAMBARAN STRES KERJA PADA KARYAWAN
LEVEL OPERATOR DI PT X BEKASI**

SKRIPSI

**Oleh:
Alya Rizkiani Putri
201910515094**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul : Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan
Level Operator Di PT X Bekasi
Nama Mahasiswa : Alya Rizkiani Putri
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515094
Program Studi / Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Januari 2024



Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Yuarini W. Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog

Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0301018405

NIDN: 0329048504

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan
Level Operator Di PT X Bekasi
Nama Mahasiswa : Alya Rizkiani Putri
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515094
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Januari 2024

Jakarta, 02 Februari 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN: 0314078503
Penguji I : Dr. Yuarini W. Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0301018405
Penguji II : Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0329048504



MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN: 0314078503



Prof. Adi Fahrudin., Ph.D
NIDN: 0012016608

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Level Operator Di PT X Bekasi” 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 di *fotocopy* melalui Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya.

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

Jakarta, 22 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



Alya Rizkiani Putri

NPM: 201910515094

ABSTRAK

Alya Rizkiani Putri. 201910515094. Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Level Operator Di PT X Bekasi.

Abstrak. Penelitian ini menjelaskan mengenai Gambaran Stres Kerja pada Karyawan Level Operator di PT X Bekasi. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengenai gambaran stress kerja pada karyawan level operator di PT X Bekasi dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 103 sampel dengan teknik pengambilan *purposive sampling* berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan dan kesediaan subjek. Hasil menunjukkan bahwa terhadap perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dimana perempuan memiliki stress kerja lebih tinggi, berdasarkan usia antara gen X, Y, dan Z dimana gen Z memiliki tingkat stress kerja lebih tinggi, berdasarkan pendidikan terakhir antara SMA, D3, dan S1 dimana tingkat stress kerja D3 lebih tinggi, serta berdasarkan status pekerjaan berdasarkan karyawan kontrak dan karyawan tetap dimana karyawan kontrak memiliki tingkat stress kerja yang lebih tinggi. Kemudian sebagian besar responden memiliki tingkat stress kerja dengan kategori tinggi sehingga bisa dikatakan bahwa karyawan merasa tuntutan kerja diluar jobdesk saat menyelesaikan tugasnya. Adapun saran yang diberikan untuk karyawan yaitu untuk memahami situasi dimana sebuah situasi tersebut menjadi diri mereka stress dalam bekerja agar stress bisa diatasi dengan baik.

Kata kunci: Stres Kerja, Karyawan

ABSTRACT

Alya Rizkiani Putri. 201910515094. Description of Job Stress in Operator Level Employees at PT X Bekasi.

Abstract. *This research explains the description of work stress among operator level employees at PT X Bekasi. This research was conducted with the aim of describing work stress among operator level employees at PT X Bekasi using quantitative research methods. The sample in this study was 103 samples using a purposive sampling technique based on predetermined characteristics and the subject's willingness. The results show that there are significant differences based on gender between men and women where women have higher work stress, based on age between gens D3, and S1 where the level of work stress D3 is higher, as well as based on employment status based on contract employees and permanent employees where contract employees have a higher level of work stress. Then, the majority of respondents had a high level of work stress, so it could be said that employees felt work demands outside the jobdesc when completing their tasks. The advice given to employees is to understand situations where a situation makes them stressed at work so that stress can be handled well.*

Keywords: *Job Stress, Employees*



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah SWT atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayangNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul *Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Level Operator Di PT X Bekasi*. Peneliti menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya peneliti dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak Prof. Adi Fahrudin., Ph.D selaku Dekan fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dr. Yuarini W. Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk membantu dan membimbing peneliti dengan sabar dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini, peneliti ucapkan banyak terima kasih.
3. Ibu Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan saran dan kritik terhadap skripsi sehingga dapat menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
5. Keluarga peneliti saya, untuk Ibu Casih, Bapak Dedi, Kakak saya Ade Ramadhan dan Kakak Ipar saya Ayu Octawijayani yang telah memberikan semangat, do'a dan dukungan sehingga saya bisa ada pada titik ini dan mampu menyelesaikan pekerjaan tugas akhir ini saya ucapkan banyak terimakasih.
6. Kepada Nabila Nur Syafitri, Dian Ayu Nurmalasari, Harnum Wulandari serta teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu

namun tidak mengurangi rasa terima kasih saya karena telah membantu, memberikan dukungan dan semangat selama perkuliahan berlangsung dan proses penyelesaian skripsi ini.

7. Responden penelitian yang telah meluangkan waktu mengisi kuesioner penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Terakhir untuk Alya Rizkiani Putri, *last but no last*, ya! Diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena telah berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap proses yang bisa dibilang tidak mudah. Terima kasih sudah bertahan.

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

Jakarta, 22 Januari 2024



Alya Rizkiani Putri
201910515094

DAFTAR ISI

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	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	7
1.3. Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Uraian Variabel	11

2.1.1 Stres kerja	11
2.1.1.1 Definisi Stres Kerja.....	11
2.1.1.2 Jenis-Jenis Stres	12
2.1.1.3 Dimensi Stres Kerja	13
2.1.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	14
2.1.1.5 Alat Ukur Yang Digunakan	16
2.2 Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan PT X Bekasi	17
2.3 Hipotesis Penelitian.....	18
2.4 Kerangka berfikir penelitian.....	19
BAB III	20
METODOLOGI PENELITIAN	20
3.1 Tipe Penelitian.....	20
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	20
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	20
3.3.1 Definisi Stres Kerja.....	20
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	21
3.4.1 Populasi.....	21
3.4.2 Sampel dan <i>Sampling</i>	21
3.4.2.1 Sampel.....	21
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	22
3.5 Teknik Pengumpulan Data	23
3.5.1 Instrumen Penelitian	23
3.5.1.1 Skala Stres Kerja.....	24

3.5.2	Validitas dan reliabilitas instrumen penelitian	25
3.5.2.1	Validitas	25
3.5.2.2	Reliabilitas	26
3.6	Analisis Data	27
BAB IV	28
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
4.1	Profil Responden Penelitian	28
4.2	Pelaksanaan Penelitian	28
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	28
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	29
4.2.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	30
4.3	Hasil Penelitian.....	30
4.3.1	Hasil Deskriptif.....	30
4.3.2	Uji Asumsi Penelitian.....	31
4.3.3	Kategorisasi Penelitian	32
4.3	Uji Hipotesis.....	34
4.4	Diskusi dan Pembahasan	36
BAB V	40
KESIMPULAN DAN SARAN	40
5.1	Kesimpulan.....	40
5.2	Saran	40
5.2.1	Saran Teoritis.....	40
5.2.2	Saran Praktis	41

DAFTAR PUSTAKA 42

LAMPIRAN..... 48



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pemberian Skor pada bagian 1 dan 2 Skala Stres Kerja	24
Tabel 3. 2 Pemberian Skor pada bagian 3 Stres Kerja.....	24
Tabel 3. 3 Blue Print Stres Kerja	25
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian.....	28
Tabel 4. 2 Reliabilitas Skala Stres Kerja.....	30
Tabel 4. 3 Uji Statistik Deskriptif	31
Tabel 4. 4 Uji Asumsi Penelitian	31
Tabel 4. 5 Hasil Analisis Perhitungan Kategorisasi.....	32
Tabel 4. 6 Rentang Skor Variabel Stres Kerja	33
Tabel 4. 7 Kategorisasi Stres Kerja.....	34
Tabel 4. 8 Hasil Uji Beda Stres Kerja Berdasarkan Jenis Kelamin	34
Tabel 4. 9 Hasil Uji Beda Stres Kerja Berdasarkan Usia.....	35
Tabel 4. 10 Hasil Uji Beda Stres Kerja Berdasarkan Pendidikan Terakhir	35
Tabel 4. 11 Hasil Uji Beda Stres Kerja Berdasarkan Status Pekerjaan	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	19
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin	49
Lampiran 2 Butir Aitem Skala Stres Kerja	50
Lampiran 3 <i>Google Form</i>	55
Lampiran 4 Bukti Penyebaran Kuesioner	56
Lampiran 5 Hasil Uji SPSS Validitas Skala Stres Kerja	57
Lampiran 6 Hasil Uji SPSS Reliabilitas Skala Stres Kerja.....	58
Lampiran 7 Hasil SPSS Uji Statistik Deskriptif	59
Lampiran 8 Hasil SPSS Uji Normalitas	61
Lampiran 9 Hasil SPSS Kategorisasi Stres Kerja	61
Lampiran 10 Stres Kerja Berdasarkan Jenis Kelamin	62
Lampiran 11 Stres Kerja Berdasarkan Usia	63
Lampiran 12 Stres Kerja Berdasarkan Pendidikan Terakhir	64
Lampiran 13 Stres Kerja Berdasarkan Status Pekerjaan.....	65
Lampiran 14 Hasil Cek <i>Plagiarisme</i>	66
Lampiran 15 Bukti Lembar Bimbingan	67