

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA KARYAWAN DI BIDANG  
PRODUKSI PT X TERHADAP STRESS KERJA

SKRIPSI

EGGA YANITA

09.40.0156



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2013

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA KARYAWAN DI BIDANG  
PRODUKSI PERUSAHAAN X TERHADAP STRESS KERJA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
Untuk memenuhi sebagian dari syarat guna  
Memperoleh derajat sarjana Psikologi

EGGA YANITA  
09.40.0156



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2013

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal \_\_\_\_\_

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata  
Dekan

(Dr. Kristiana Haryanti, M.Si)

### Dewan Penguji

1. Drs. Sumbodo Prabowo , M. Si \_\_\_\_\_

2.

3.



*KUPERSEMBAHKAN KARYA INI UNTUK*

*ALLAH SWT*

*PAPA YANG PENULIS SAYANG*

*SAUDARA KEMBAR PENULIS*

*DAN SAHABAT-SAHABAT PENULIS*

## MOTO

**“ Pendidikan Merupakan Perlengkapan Paling Baik di Hari Tua “**

**- Aristoteles -**

**“ Apabila Anda Telah Berbuat Kebaikan Untuk Orang lain,  
Maka Anda Telah Berbuat Kebaikan Terhadap Diri Sendiri “**

**- Benyamin Franklin -**



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Adapun tujuan pembuatan skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan dalam penyelesaian Program Pendidikan Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Katholik Soegijapranata Semarang.

Pada kesempatan kali ini penulis dengan rasa hormat dan cinta mengucapkan terima kasih atas bantuan dan bimbingan yang sangat berharga dalam menyelesaikan skripsi, yakni kepada yang terhormat :

1. Ibu Dr. Kristiana Haryanti, M.si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Bapak Siswanto, M.si selaku dosen wali kelas C angkatan 2009 yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam proses perkuliahan.
3. Bapak Drs. Sumbodo Prabowo, M.si selaku dosen pembimbing yang dengan penuh perhatian dan kesabaran telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis dalam rangka menyelesaikan skripsi ini.
4. Dewan penguji skripsi yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan penilaian dan arahan pada skripsi ini.
5. Seluruh karyawan CV HN Print kawasan industri candi semarang, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu menjadi tempat penelitian.

6. Keluarga Bapak Nugroho selaku pemilik CV HN Print tempat peneliti melakukan penelitian, yang telah membantu dengan maksimal atas jalannya penelitian.
7. Papa H.Sulimin R, SE MM , kembang sapa tersayang Eggi Yenniawati yang selalu memberikan dukungan baik moril maupun materil, pengertian, kasih sayang, kesabaran, dan doa yang menyertai penulis dalam penyusunan penulis sehingga bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Keluarga Biro Perekrutan Mahasiswa Baru Pak Agus, Bu Chartrine, Bu Leni, Pak Roby, Mbak Mega, Christin SGS dan Cyntia SGS yang selalu memberikan semangat peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman dekat dan sahabatku tersayang Anggie Rumondang, Audy, Michelle, Karina, Priska, Vanya, yang selalu memberikan semangat, perhatian, dukungan , dan motivasi bagi penulis.
10. Teman-teman Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata kelas C angkatan 2009, Mbak Tanti, Dani, Ika, atas segala kekompakan, motivasi dan semangatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Serta pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu dan mendukung penulis menyelesaikan penulis bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan mengingat keterbatasan penulis. Penulis mengharapkan saran untuk perbaikan dalam penulisan di waktu mendatang. Harapan penulis semoga dapat berguna bagi rekan-rekan yang membutuhkannya.

Semarang 1 oktober 2013

Penulis







## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Halaman Syarat Memperoleh Gelar Sarjana .....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Halaman Persembahan .....	iv
Halaman Moto .....	v
Kata Pengantar .....	vi
Daftar Isi .....	vii
Daftar Tabel .....	viii
Daftar Lampiran .....	ix
Halaman Abstraksi .....	x
<b>BAB I    PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis .....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Stres Kerja .....	8
1. Pengertian .....	6
2. Faktor – Faktor yang mempengaruhi stress kerja .....	10
3. Gejala Stres Kerja.....	12
B. Beban Kerja .....	14
1. Pengertian .....	14
2. Aspek – aspek Beban Kerja .....	16
C. Hubungan antara Beban Kerja dengan Stress Kerja .....	17
D. Hipotesis .....	19
<b>BAB III    METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>

A.	Metode Penelitian Yang digunakan .....	20
B.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	20
C.	Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	20
1.	Beban Kerja .....	20
2.	Stress Kerja Karyawan .....	21
D.	Subjek Penelitian .....	21
E.	Metode Pengumpulan Data .....	22
1.	Skala Beban Kerja .....	22
2.	Skala Stress Kerja .....	23
F.	Uji Coba Alat Ukur .....	24
1.	Validitas .....	24
2.	Reliabilitas .....	24
G.	Metode Analisis Data .....	25
BAB IV	LAPORAN PENELITIAN .....	26
A.	Orientasi Kancan Penelitian .....	26
B.	Persiapan Penelitian .....	27
1.	Penyusunan Alat Ukur .....	27
2.	Perijinan Penelitian .....	29
C.	Pelaksanaan Penelitian .....	30
D.	Uji Coba Alat Ukur .....	31
1.	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Beban Kerja .....	31
2.	Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stress Kerja .....	32
BAB V	HASIL PENELITIAN .....	34
A.	Uji Asumsi .....	34
1.	Uji Normalitas .....	34
2.	Uji Linieritas .....	34
B.	Uji Hipotesis .....	35
C.	Pembahasan .....	35
BAB VI	PENUTUP .....	40
A.	KESIMPULAN .....	40
B.	SARAN .....	40

1. Bagi Perusahaan .....	40
2. Bagi Penelitian Selanjutnya .....	40
DAFTAR PUSTAKA .....	42
LAMPIRAN – LAMPIRAN .....	45



## ABSTRAKSI

Banyaknya perubahan secara global menciptakan perubahan ekonomi yang sangat pesat. Hampir di seluruh dunia mencari cara untuk menggaet investor untuk menanamkan modal di negaranya. Hal inilah yang membuat persaingan antar perusahaan semakin tajam. Para karyawan diberikan target dan waktu yang singkat untuk menyelesaikan pekerjaannya, dan mengakibatkan stress kerja. Gejala-gejala stress kerja yang muncul seperti sering terlambat dan membolos kerja. Hipotesis yang diajukan adalah hubungan positif antara beban kerja karyawan di bidang produksi PT X dengan stres kerja. Subjek penelitian berjumlah 55 karyawan PT X di bidang produksi. Alat ukur yang digunakan adalah skala beban kerja dan skala stres kerja. Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi Product Moment dari Pearson. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan  $r_{xy} = -0,548$  dengan  $p < 0,05$  artinya ada hubungan negatif antara beban kerja karyawan di bidang produksi PT X dengan stres kerja. Dengan hipotesis di tolak, hal itu dipengaruhi adanya status karyawan yaitu karyawan tetap dan karyawan harian, dimana penelitian lain juga membuktikan bahwa pengaruh beban kerja dengan stres kerja hanya mempunyai efek 2,5%. Dengan efek yang sangat kecil, dapat diartikan bahwa tidak ada pengaruh dari beban kerja terhadap stres kerja. Hal yang membuat hasil penelitian hubungan negatif antara lain subjek penelitian berstatus tetap dan harian. Karyawan harian akan dipanggil bekerja bila order tinggi, sehingga pendapatan mereka pun tidak tetap. Jika beban kerja rendah, maka tingkat stres menjadi tinggi, karena karyawan yang beban kerjanya rendah tidak akan dipanggil kembali untuk bekerja.

Kata Kunci : Stres Kerja, Beban Kerja