

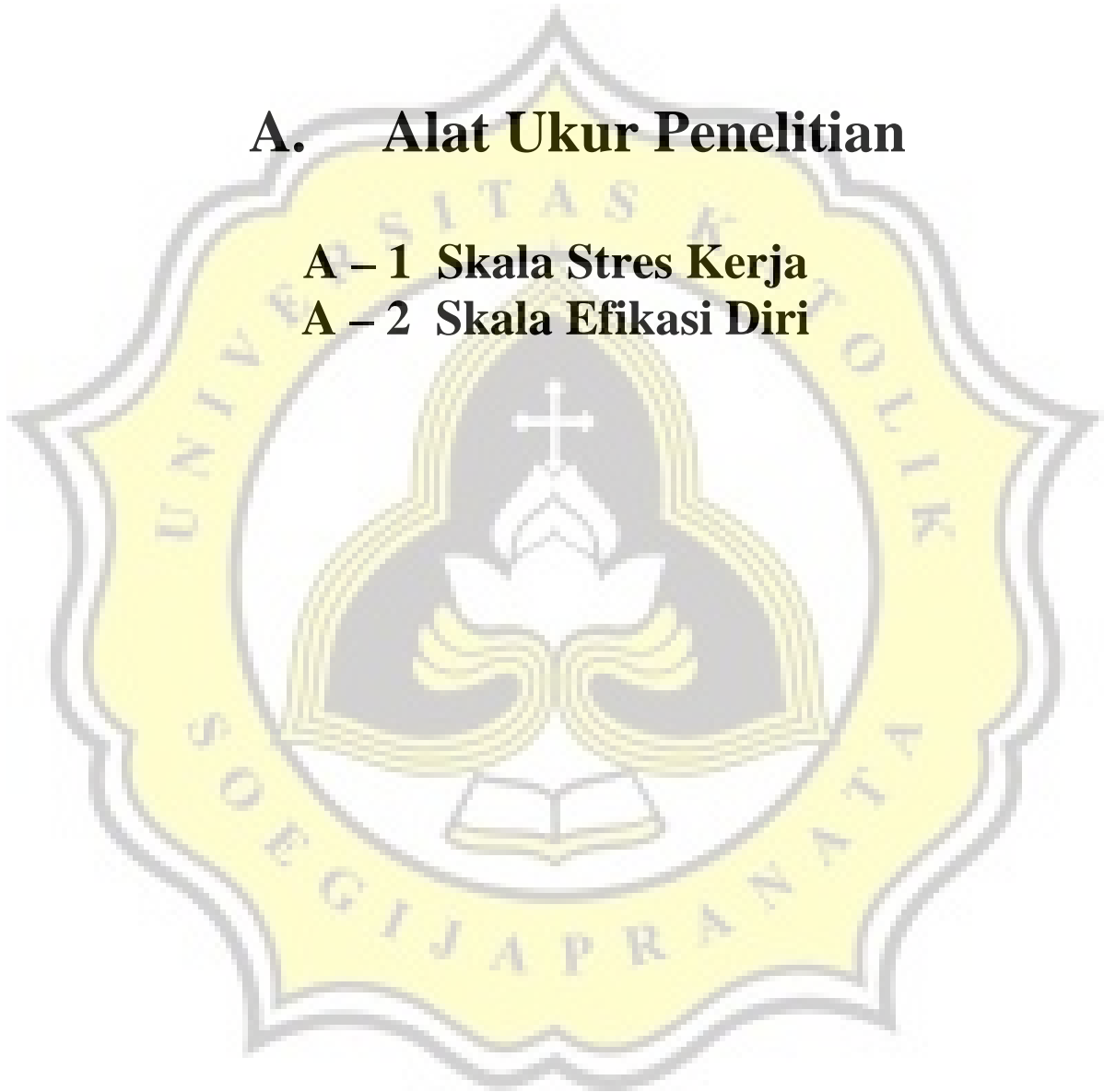
LAMPIRAN-LAMPIRAN



A. Alat Ukur Penelitian

A – 1 Skala Stres Kerja

A – 2 Skala Efikasi Diri





A – 1 Skala Stres Kerja

No. :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah pernyataan-pernyataan yang terdapat pada lemabar berikut secara teliti, kemudian kerjakan dengan sungguh-sungguh sesuai dengan keadaan Saudara yang sebenar-benarnya.
2. Semua jawaban adalah benar.
3. Jawablah semua pernyataan yang ada.
4. Pilihlah jawaban yang paling cocok dengan keadaan Saudara yang sebenarnya, dengan memberi tanda silang (X) pada pilihan tersebut.
Sl = bila pernyataan tersebut **Selalu** Saudara alami.
Sr = bila pernyataan tersebut **Sering** Saudara alami.
Jr = bila pernyataan tersebut **Jarang** Saudara alami.
TP = bila pernyataan tersebut **Tidak Pernah** Saudara alami.
5. Apabila Saudara ingin mengganti jawaban, Saudara cukup memberi tanda (=) di atas jawaban yang ingin Saudara ganti, kemudian berikan tanda silang (X) pada jawaban yang baru.
6. Setelah selesai mengerjakan, periksalah kembali apakah ada pernyataan yang terlewat.
7. Saya sangat menjaga kerahasiaan jawaban Saudara.

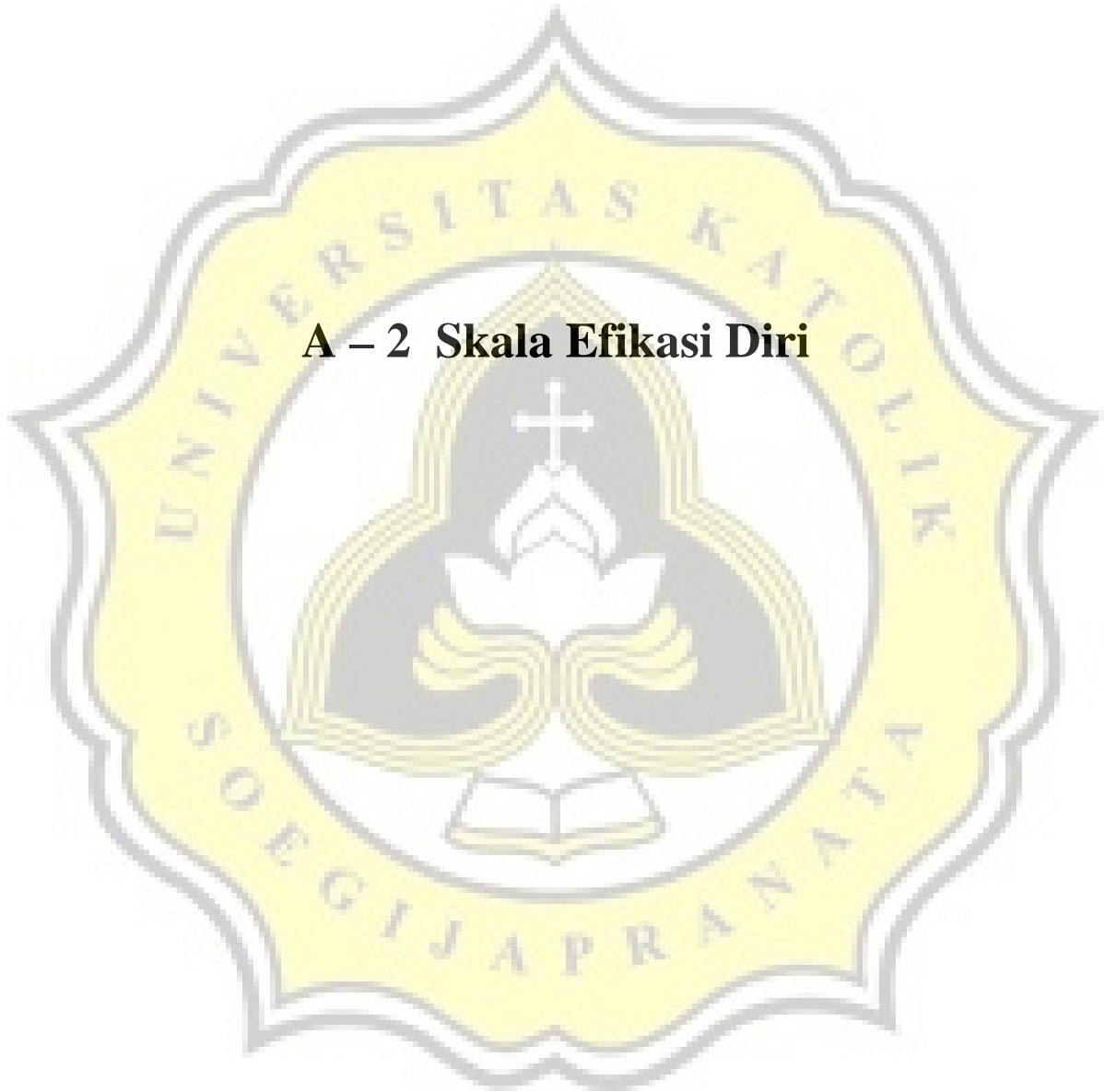
SELAMAT MENGERJAKAN

No.	Pernyataan	Sl	Sr	Jr	TP
1.	Kepala saya terasa sakit ketika terbebani oleh banyaknya pekerjaan				
2.	Pekerjaan yang belum terselesaikan membuat saya mudah marah.				
3.	Terkadang saya menunda pekerjaan yang seharusnya saya selesaikan.				
4.	Kondisi fisik saya selalu optimal dalam menjalankan tugas dan latihan.				
5.	Dalam berbagai situasi, saya selalu bersemangat untuk menyelesaikan tugas dengan sebaik-baiknya.				
6.	Saya selalu mengikuti segala kegiatan yang ada di dalam satuan walaupun terasa berat.				
7.	Menjelang waktu perlombaan antar satuan yang semakin dekat membuat otot saya menjadi tegang.				
8.	Target pekerjaan yang sudah dekat membuat saya merasa gelisah.				
9.	Ketika tuntutan pekerjaan saya terasa berat, saya memilih untuk merokok.				
10.	Meskipun pekerjaan menumpuk saya dapat tidur dengan nyenyak.				
11.	Hasil pekerjaan yang bagus membuat saya percaya diri untuk melaksanakan tugas selanjutnya.				
12.	Saya selalu semangat dalam mengikuti kegiatan yang ada di satuan walaupun harus meninggalkan keluarga.				
13.	Jantung saya berdebar-debar saat memikirkan tugas dan latihan.				
14.	Saya merasa cemas ketika akan menghadapi lomba antar satuan.				
15.	Saya lebih suka mengerjakan kegiatan lain daripada mengikuti apel karena ada tugas yang belum saya selesaikan.				

16.	Menjelang maupun sesudah latihan kesehatan saya tetap terjaga.				
17.	Saya selalu merasa nyaman dengan pekerjaan saya walaupun banyak tugas dan latihan yang rutin.				
18.	Saya mudah menjalin interaksi dengan atasan maupun rekan kerja saya ditengah padatnya jadwal latihan di satuan.				
19.	Menjelang tes Samapta tekanan darah saya meningkat.				
20.	Terkadang saya merasa jenuh dengan tugas dan latihan yang monoton.				
21.	Saya mudah marah pada rekan kerja saya, ketika saya merasa tertekan dengan beban tugas yang berat.				
22.	Meskipun menghadapi jadwal latihan yang sangat padat tidak mempengaruhi produktifitas kerja dan kesehatan saya.				
23.	Saya dapat menguasai keadaan dengan tenang dan tetap fokus walaupun pekerjaan saya sudah mendekati <i>deadline</i> .				
24.	Meskipun banyak masalah yang saya hadapi di satuan, hal ini tidak membuat saya untuk menunda-nunda pekerjaan.				
25.	Memikirkan pekerjaan yang belum selesai dan mendekati <i>deadline</i> membuat saya tidak dapat tidur dengan nyenyak dan mengeluarkan keringat dingin.				
26.	Konsentrasi saya mudah hilang ketika berada di bawah tekanan.				
27.	Pola makan saya menjadi tidak teratur ketika menjalani jadwal latihan yang sangat padat untuk perlombaan antar satuan.				
28.	Pekerjaan dan latihan yang rutin tidak membuat saya mudah sakit kepala.				

29.	Pekerjaan dan latihan yang rutin tidak membuat saya mudah sakit kepala.				
30.	Produktifitas kerja saya tetap baik meskipun harus membagi waktu antara pekerjaan dengan keluarga.				





A – 2 Skala Efikasi Diri

No. :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah pernyataan-pernyataan yang terdapat pada lemabar berikut secara teliti, kemudian kerjakan dengan sungguh-sungguh sesuai dengan keadaan Saudara yang sebenar-benarnya.
2. Semua jawaban adalah benar.
3. Jawablah semua pernyataan yang ada.
4. Pilihlah jawaban yang paling cocok dengan keadaan Saudara yang sebenarnya, dengan memberi tanda silang (X) pada pilihan tersebut.
Sl = bila pernyataan tersebut **Selalu** Saudara alami.
Sr = bila pernyataan tersebut **Sering** Saudara alami.
Jr = bila pernyataan tersebut **Jarang** Saudara alami.
TP = bila pernyataan tersebut **Tidak Pernah** Saudara alami.
5. Apabila Saudara ingin mengganti jawaban, Saudara cukup memberi tanda (=) di atas jawaban yang ingin Saudara ganti, kemudian berikan tanda silang (X) pada jawaban yang baru.
6. Setelah selesai mengerjakan, periksalah kembali apakah ada pernyataan yang terlewat.
7. Saya sangat menjaga kerahasiaan jawaban Saudara.

SELAMAT MENGERJAKAN

No.	Pernyataan	Sl	Sr	Jr	TP
1	Saya akan mencari informasi kepada atasan maupun rekan kerja saya agar dapat mengatasi permasalahan yang saya alami.				
2	Saya yakin terhadap kemampuan yang saya miliki dan selalu bersemangat untuk memajukan satuan tempat saya bekerja.				
3	Ketika saya menghadapi konflik dengan rekan kerja, saya tetap dapat mengendalikan emosi dengan baik.				
4	Tugas dan latihan seberat apapun yang diberikan oleh pimpinan akan selalu menjadi prioritas bagi saya.				
5	Ketika suasana hati saya buruk, saya tidak dapat berkonsentrasi dengan baik.				
6	Karena sering menunda-nunda pekerjaan yang diberikan, saya tidak yakin dapat menyelesaikannya dengan maksimal.				
7	Terkadang saya merasa tertekan saat harus melaksanakan tugas dan latihan rutin yang ada di dalam satuan.				
8	Terkadang saya merasa sulit memfokuskan diri untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepada saya.				
9	Saya selalu mengemukakan ide dan gagasan kepada atasan dan rekan kerja saya di satuan.				
10	Walaupun banyak yang menganggap saya tidak mampu, saya selalu optimis dapat mengerjakan tugas dengan baik dari pimpinan.				
11	Saya selalu merasa bangga menjadi bagian dari satuan dimana saya bekerja.				
12	Saya akan mengabaikan perkataan orang-orang yang akan berusaha menjatuhkan karier saya.				

13	Saya sulit membagi waktu bila tugas dan latihan di satuan menumpuk.				
14	Saya merasa kurang mampu dalam menyelesaikan tugas dan latihan yang diberikan oleh pimpinan.				
15	Ketika suasana hati saya sedang buruk, saya cenderung mengabaikan perintah yang diberikan oleh pimpinan.				
16	Saya adalah orang yang tidak bisa mengatur waktu dengan baik.				
17	Saya yakin bahwa saya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan dengan baik.				
18	Saya selalu berpikir untuk memperoleh prestasi bagi satuan tempat saya bekerja.				
19	Teguran dari atasan, saya jadikan motivasi dan kritikan yang membangun.				
20	Saya selalu bersemangat walaupun pimpinan memberikan tugas yang banyak kepada saya.				
21	Saya lebih memilih menggunakan waktu saya untuk menyelesaikan tugas, daripada saya pergunakan untuk membicarakan hal-hal yang negatif.				
22	Walaupun sudah berlatih dengan giat, saya menjadi ragu-ragu untuk menghadapi tes Samapta.				
23	Walaupun sudah mengerjakan dengan maksimal, saya masih ragu dengan hasil pekerjaan saya.				
24	Saya merasa pesimis ketika diberikan kepercayaan untuk memimpin regu dalam lomba antar satuan.				
25	Terkadang saya merasa jenuh dengan beban tugas dan latihan yang terkesan monoton.				
26	Ketika merasa jenuh, saya cenderung untuk mengabaikan tugas yang dibebankan kepada saya.				
27	Sekalipun masalah yang saya hadapi terasa berat, saya selalu dapat berpikir dengan positif.				

28	Saya melihat kehidupan yang saya jalani bermanfaat bagi satuan dan rekan kerja saya.				
29	Saya selalu merasa bersyukur dengan segala kemampuan yang saya miliki selama ini.				
30	Saya lebih memprioritaskan hal-hal yang lebih mudah untuk saya kerjakan terlebih dahulu sebelum menyelesaikan tugas yang lebih berat.				
31	Saya selalu bertindak spontan tanpa memikirkan resikonya terlebih dahulu.				
32	Saya memilih untuk berdiam diri/pasif terhadap permasalahan yang dihadapi oleh satuan.				
33	Saya susah mengendalikan emosi ketika ada masalah dengan rekan kerja di satuan.				
34	Saya tidak dapat menentukan sikap dengan tepat, jika saya sedang mengalami masalah.				
35	Saya selalu merencanakan untuk mengatur jadwal kegiatan saya dengan sebaik-baiknya.				
36	Saya sulit untuk fokus saat mengambil keputusan dalam kondisi yang mendesak.				

The logo of Universitas Klaten is a yellow shield-shaped emblem with a scalloped border. Inside the shield, there is a white lotus flower with yellow petals, positioned above an open book. The text "UNIVERSITAS KLATEN" is written in a semi-circle at the top, and "SOEGIJAPRANATA" is written in a semi-circle at the bottom.

B. DATA UJI COBA PENELITIAN

B -1 Data Skala Stres Kerja

B – 2 Data Skala Efikasi Diri



B -1 Data Skala Stres Kerja

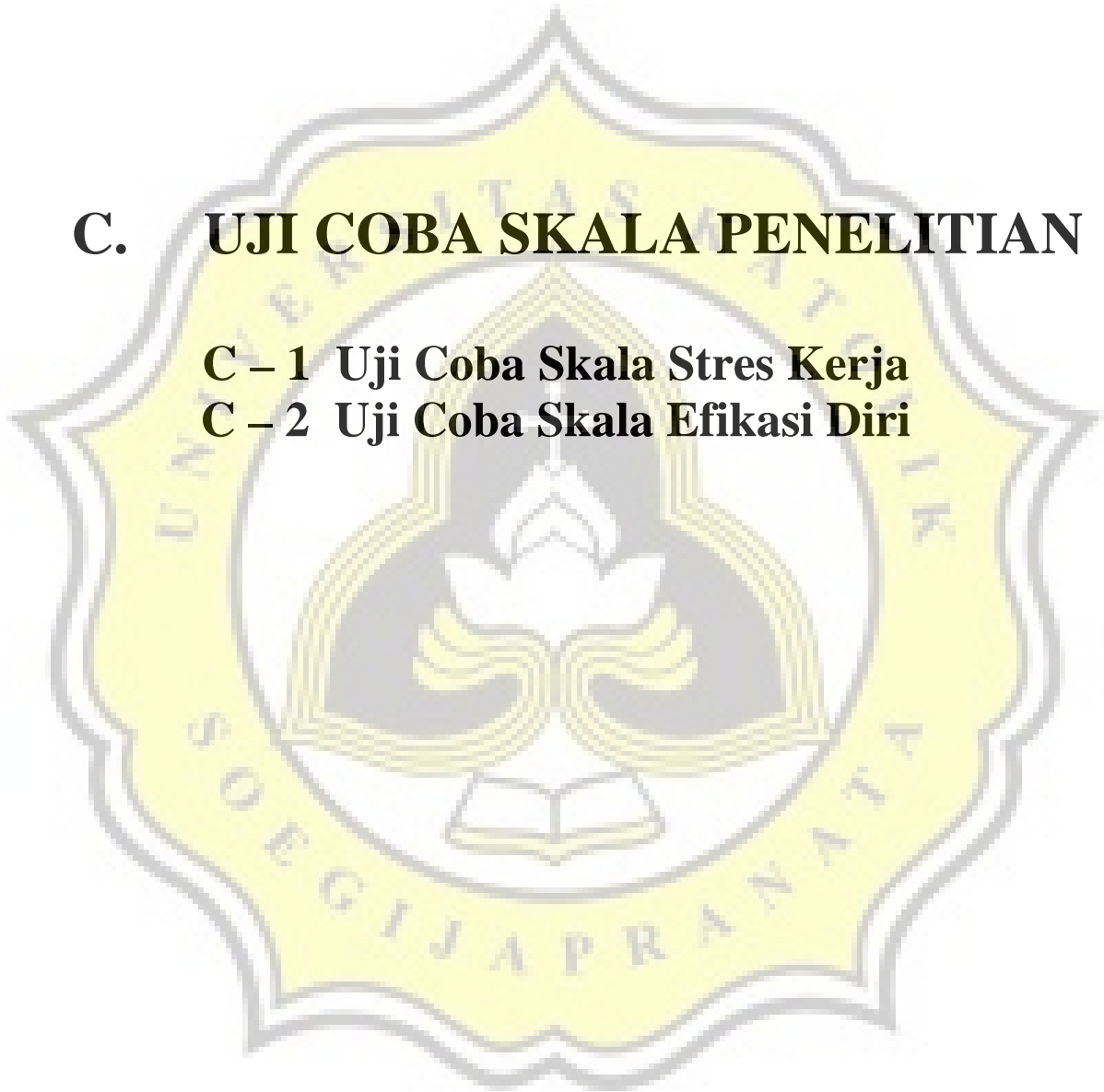


B – 2 Data Skala Efikasi Diri

C. UJI COBA SKALA PENELITIAN

C – 1 Uji Coba Skala Stres Kerja

C – 2 Uji Coba Skala Efikasi Diri



C – 1 Uji Coba Skala Stres Kerja



Reliability Skala Stres Kerja Putaran 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

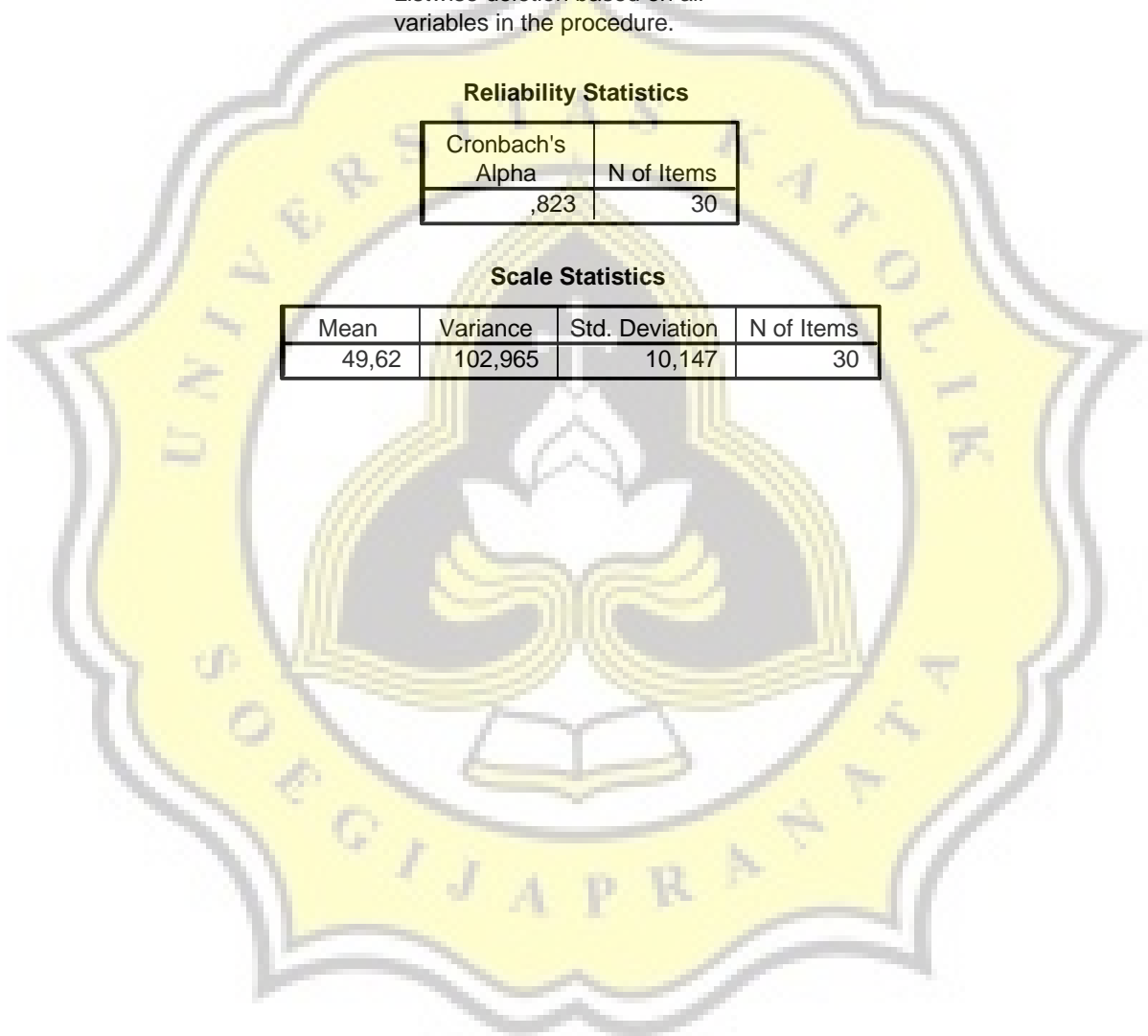
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,823	30

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
49,62	102,965	10,147	30



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	48,36	95,324	,411	,815
y2	48,54	95,261	,408	,815
y3	48,53	99,181	<u>,225</u>	,821
y4	47,35	96,331	,441	,814
y5	47,28	97,214	,334	,818
y6	47,32	95,856	,367	,816
y7	48,38	95,915	,354	,817
y8	48,48	95,040	,456	,813
y9	48,28	98,062	<u>,218</u>	,822
y10	47,67	96,688	,354	,817
y11	47,03	97,322	,394	,816
y12	47,33	96,648	,357	,817
y13	48,50	98,071	<u>,260</u>	,820
y14	48,47	96,959	,357	,817
y15	48,80	100,626	<u>,110</u>	,825
y16	47,25	100,230	<u>,121</u>	,825
y17	47,27	97,876	,308	,818
y18	47,38	96,076	,350	,817
y19	48,55	96,008	,378	,816
y20	48,36	95,243	,472	,813
y21	48,60	94,909	,457	,813
y22	47,27	96,967	,349	,817
y23	47,49	96,232	,343	,817
y24	47,42	100,064	<u>,111</u>	,826
y25	48,75	96,513	,356	,817
y26	48,62	95,693	,368	,816
y27	48,60	96,525	,353	,817
y28	48,07	95,116	,308	,819
y29	47,75	94,735	,366	,816
y30	47,28	97,436	,365	,817

Reliability Skala Stres Kerja Putaran 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,827	24

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
40,68	81,270	9,015	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	39,42	74,670	,394	,820
y2	39,60	75,051	,361	,821
y4	38,41	74,911	,478	,817
y5	38,34	75,661	,368	,821
y6	38,38	74,056	,424	,818
y7	39,44	75,320	,329	,823
y8	39,54	74,695	,418	,819
y10	38,73	75,391	,372	,821
y11	38,09	75,982	,416	,820
y12	38,39	75,432	,370	,821
y14	39,53	76,151	,337	,822
y17	38,33	76,203	,348	,822
y18	38,44	74,835	,367	,821
y19	39,61	75,028	,378	,820
y20	39,42	74,893	,432	,818
y21	39,66	74,469	,428	,818
y22	38,33	75,617	,370	,821
y23	38,55	75,018	,357	,821
y25	39,81	76,176	,307	,823
y26	39,68	75,169	,340	,822
y27	39,66	75,843	,329	,823
y28	39,13	74,134	,311	,825
y29	38,81	73,852	,368	,821
y30	38,34	76,247	,371	,821

C – 2 Uji Coba Skala Efikasi Diri



Reliability Skala Efikasi Diri Putaran 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

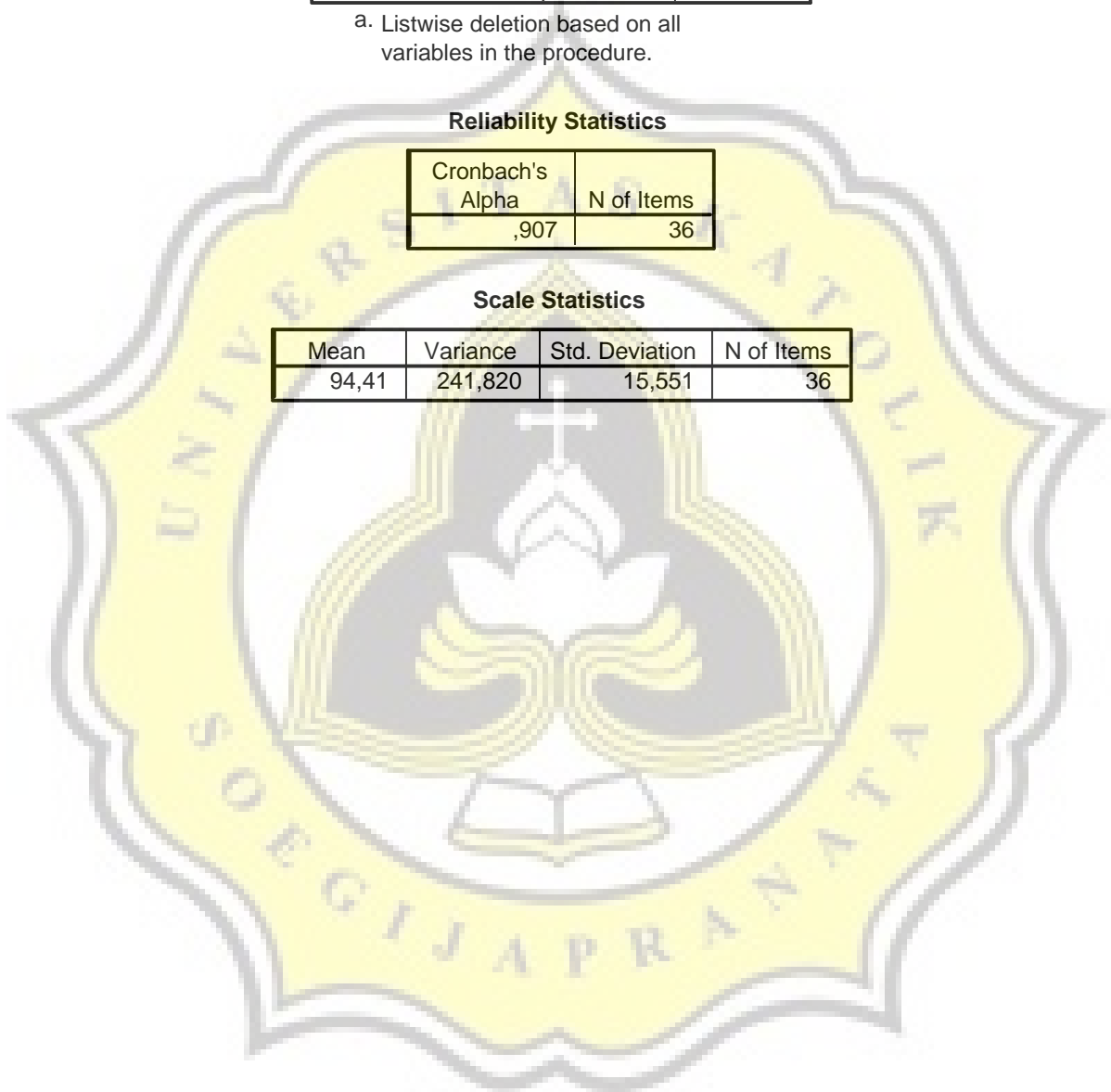
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,907	36

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
94,41	241,820	15,551	36



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	91,08	230,458	,463	,904
x2	90,98	230,565	,399	,905
x3	91,06	229,996	,455	,904
x4	91,16	231,651	,380	,905
x5	92,26	232,942	,359	,905
x6	92,26	228,619	,424	,904
x7	92,44	229,501	,460	,904
x8	92,25	230,008	,399	,905
x9	91,70	229,768	,458	,904
x10	91,16	235,146	<u>,238</u>	,907
x11	90,98	229,838	,455	,904
x12	91,33	228,870	,414	,905
x13	92,27	229,694	,428	,904
x14	92,57	226,389	,514	,903
x15	92,72	229,133	,465	,904
x16	92,63	227,771	,453	,904
x17	91,24	229,679	,404	,905
x18	91,24	234,063	<u>,274</u>	,906
x19	91,19	229,246	,401	,905
x20	91,12	233,420	<u>,293</u>	,906
x21	91,35	228,593	,428	,904
x22	92,34	228,530	,493	,904
x23	92,38	227,309	,524	,903
x24	92,21	223,602	,502	,903
x25	92,38	228,541	,507	,903
x26	92,51	226,656	,487	,903
x27	91,22	227,769	,470	,904
x28	91,15	228,694	,499	,903
x29	90,95	231,947	,388	,905
x30	91,31	229,307	,394	,905
x31	92,15	226,270	,478	,904
x32	92,46	225,443	,590	,902
x33	92,46	227,140	,496	,903
x34	92,40	226,949	,516	,903
x35	91,09	226,992	,511	,903
x36	92,35	230,048	,381	,905

Reliability Skala Efikasi Diri Putaran 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	100	100,0

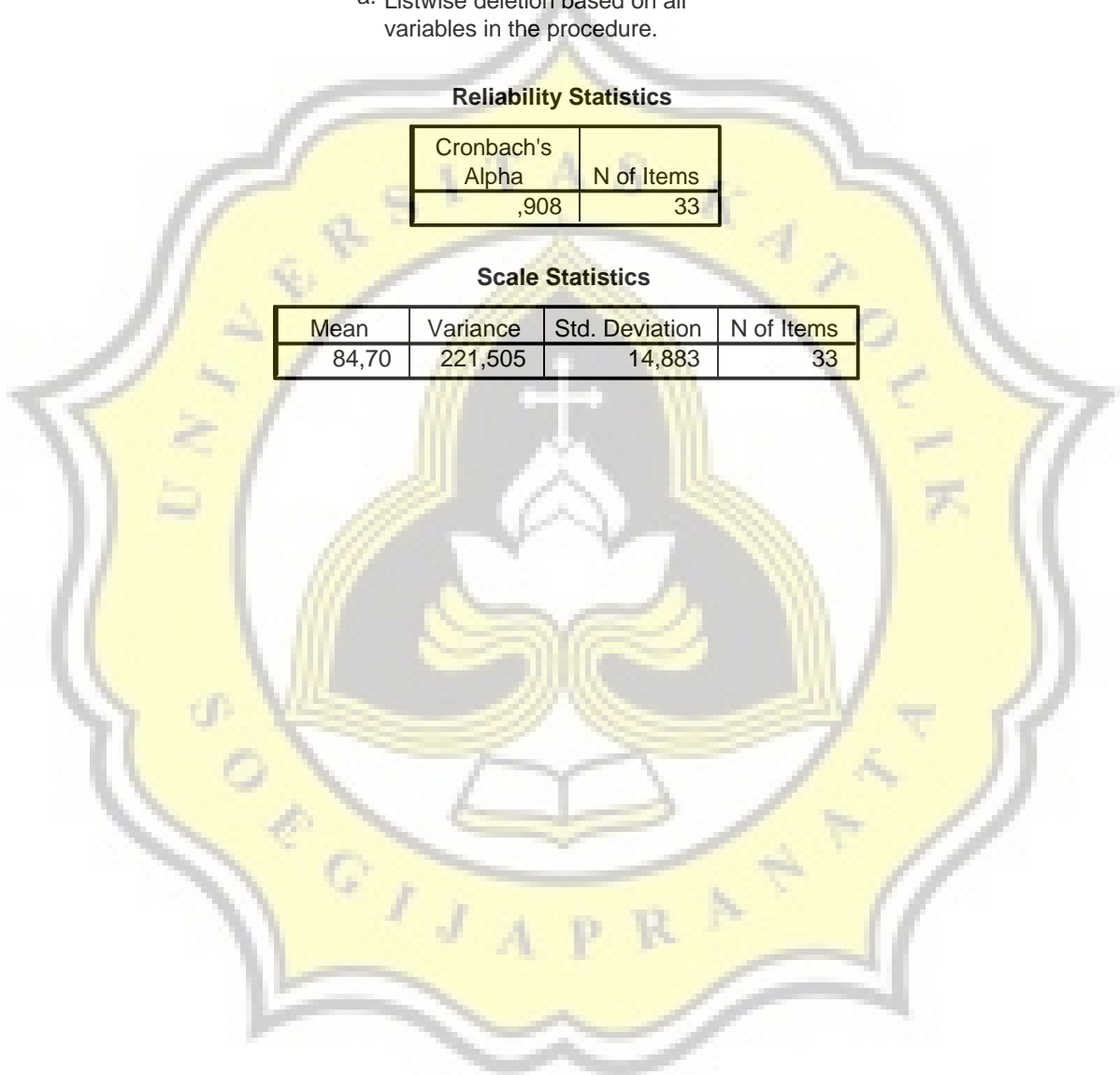
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,908	33

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84,70	221,505	14,883	33



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	81,37	212,296	,386	,906
x2	81,27	212,846	,312	,907
x3	81,35	211,442	,400	,906
x4	81,45	213,543	,304	,907
x5	82,55	211,967	,407	,906
x6	82,55	207,442	,477	,905
x7	82,73	208,462	,513	,904
x8	82,54	208,776	,454	,905
x9	81,99	210,656	,427	,905
x11	81,27	211,997	,370	,906
x12	81,62	209,450	,400	,906
x13	82,56	208,229	,495	,904
x14	82,86	204,930	,583	,903
x15	83,01	207,869	,527	,904
x16	82,92	206,842	,498	,904
x17	81,53	212,029	,321	,907
x19	81,48	211,505	,325	,907
x21	81,64	209,950	,386	,906
x22	82,63	207,569	,544	,904
x23	82,67	206,102	,586	,903
x24	82,50	202,354	,557	,903
x25	82,67	207,516	,562	,904
x26	82,80	205,333	,548	,904
x27	81,51	208,919	,437	,905
x28	81,44	210,390	,436	,905
x29	81,24	213,841	,307	,907
x30	81,60	211,333	,328	,907
x31	82,44	205,905	,502	,904
x32	82,75	204,593	,641	,902
x33	82,75	205,785	,560	,903
x34	82,69	205,873	,571	,903
x35	81,38	208,480	,465	,905
x36	82,64	208,980	,428	,905



D. DATA PENELITIAN

D – 1 Data Variabel Stres Kerja

D – 2 Data Variabel Efikasi Diri



D – 1 Data Variabel Stres Kerja



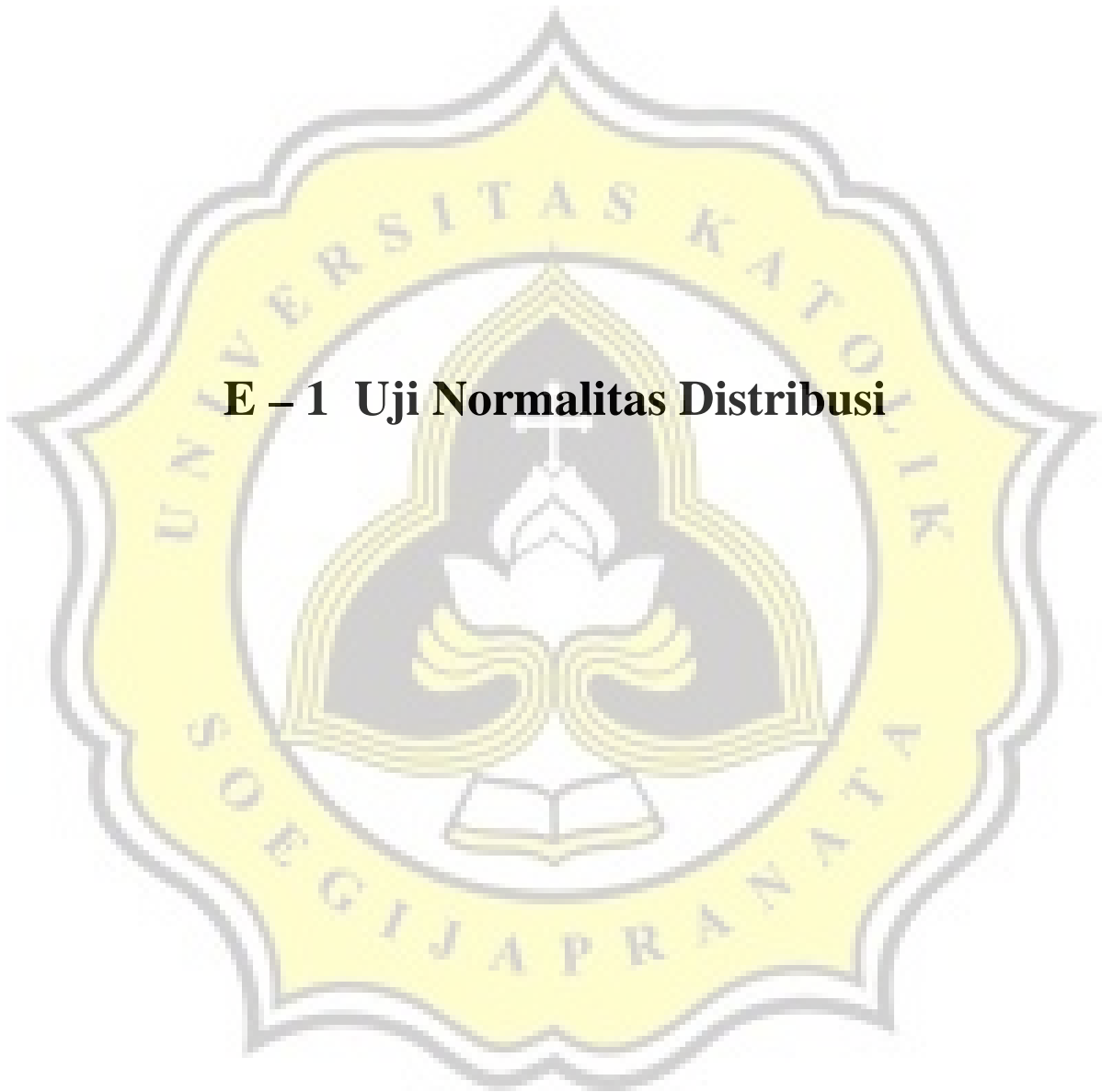
D – 2 Data Variabel Efikasi Diri



E. UJI ASUMSI

E – 1 Uji Normalitas Distribusi

E – 2 Uji Linieritas Hubungan



E – 1 Uji Normalitas Distribusi

NPar Tests

Descriptive Statistics

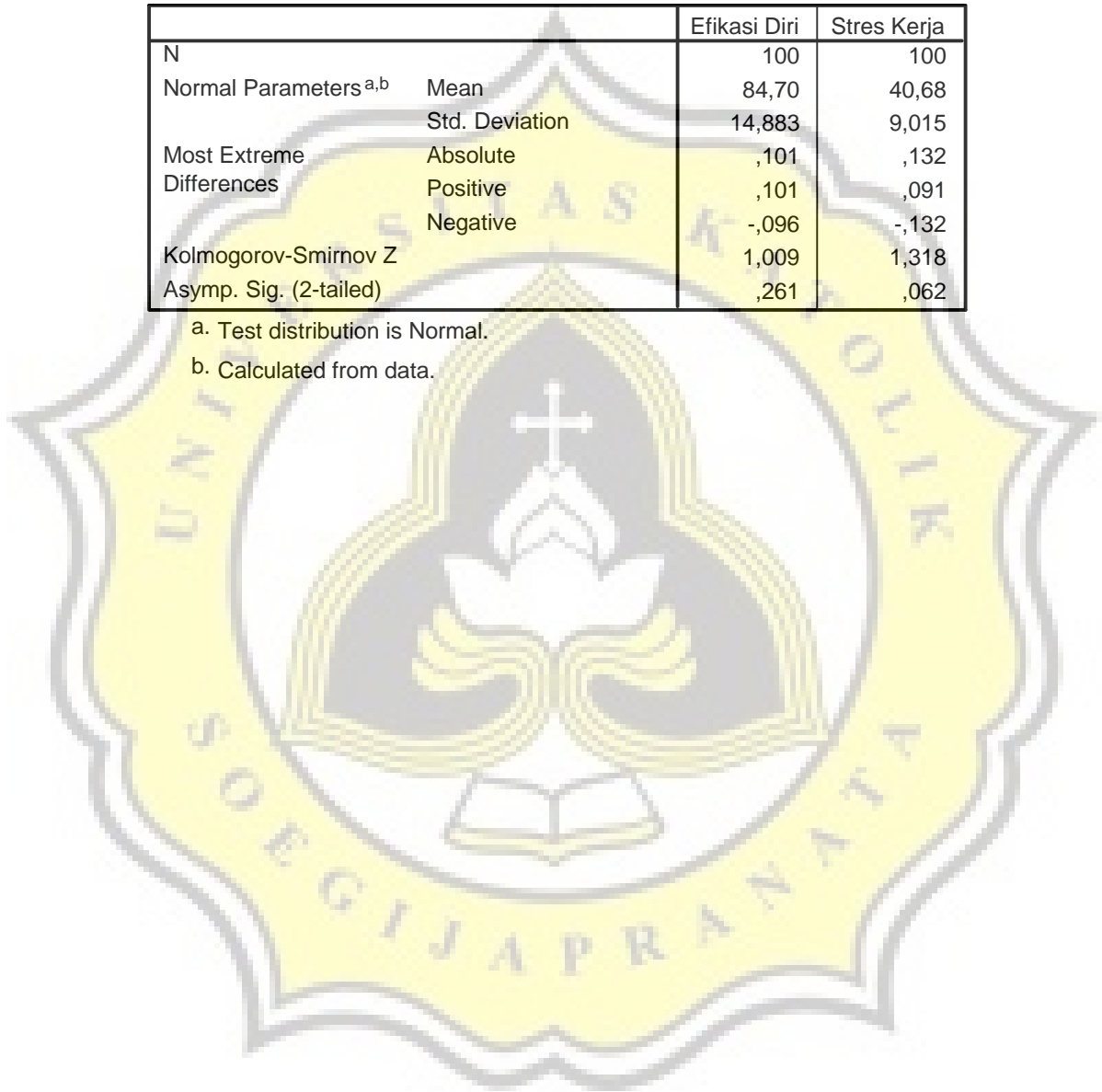
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Efikasi Diri	100	84,70	14,883	47	118
Stres Kerja	100	40,68	9,015	16	62

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

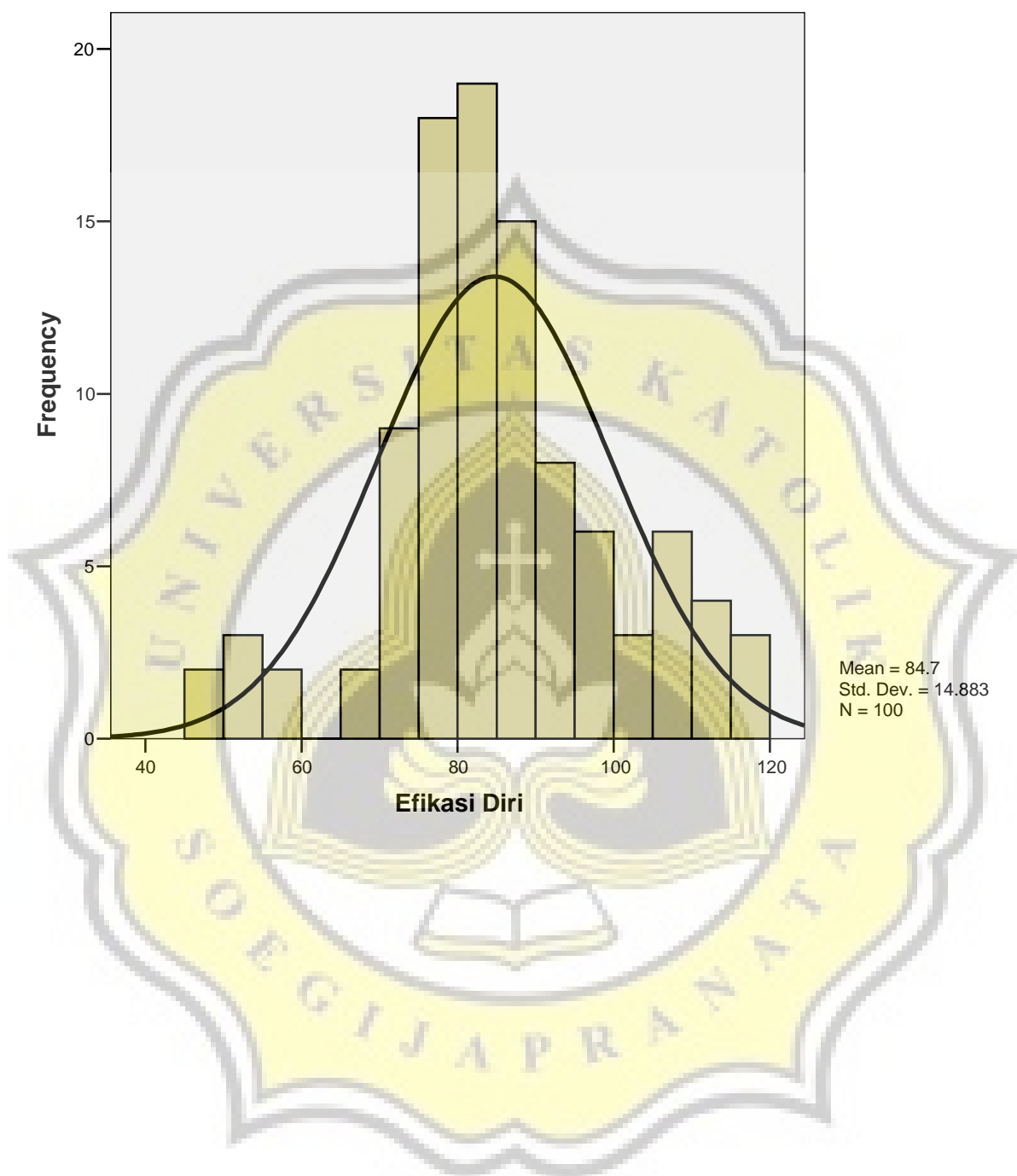
		Efikasi Diri	Stres Kerja
N		100	100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	84,70	40,68
	Std. Deviation	14,883	9,015
Most Extreme Differences	Absolute	,101	,132
	Positive	,101	,091
	Negative	-,096	-,132
Kolmogorov-Smirnov Z		1,009	1,318
Asymp. Sig. (2-tailed)		,261	,062

a. Test distribution is Normal.

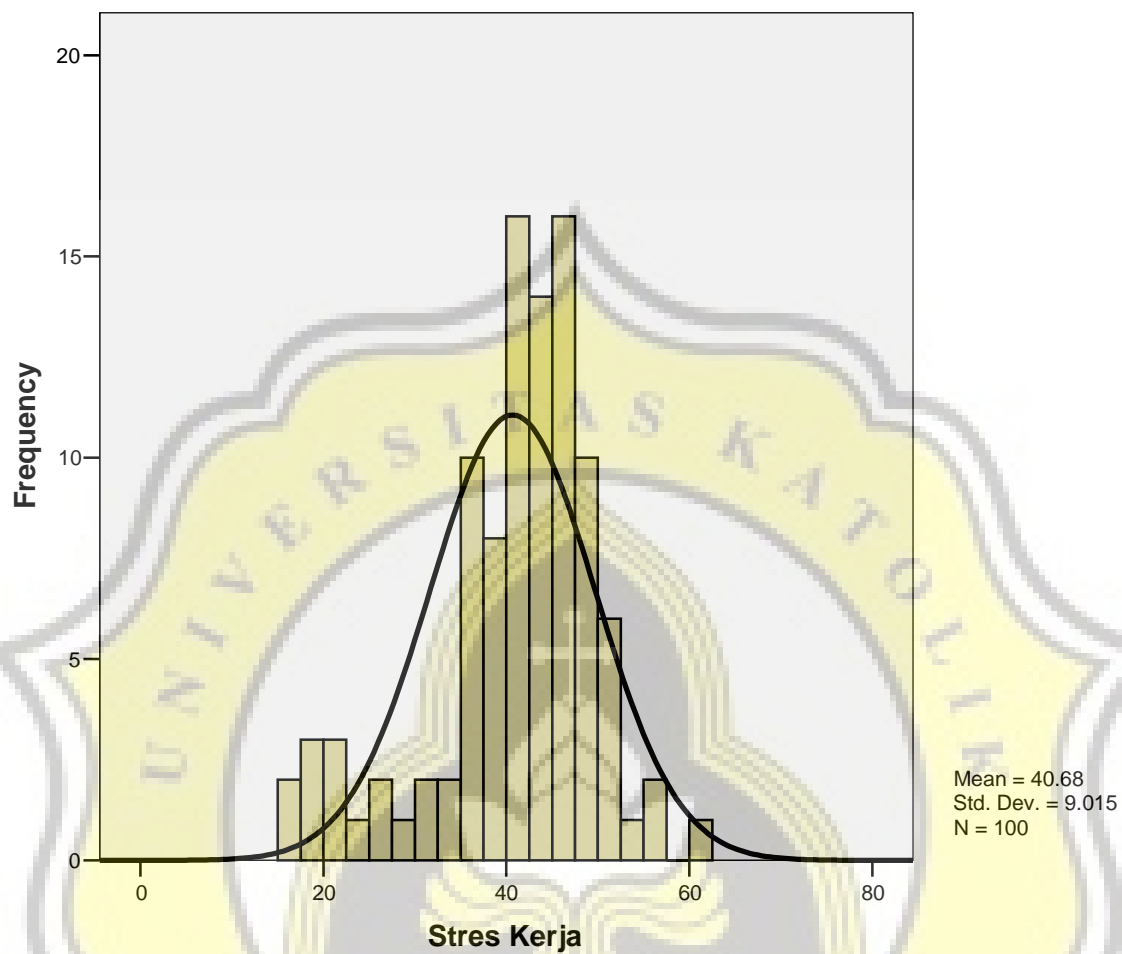
b. Calculated from data.



Graph



Graph



Curve Fit

Model Description

Model Name		MOD_3
Dependent Variable	1	Stres Kerja
Equation	1	Linear
	2	Quadratic
	3	Cubic
Independent Variable		Efikasi Diri
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified
Tolerance for Entering Terms in Equations		,0001

Case Processing Summary

	N
Total Cases	101
Excluded Cases ^a	1
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

Variable Processing Summary

	Variables	
	Dependent	Independent
	Stres Kerja	Efikasi Diri
Number of Positive Values	101	100
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0
		1

E – 2 Uji Linieritas Hubungan

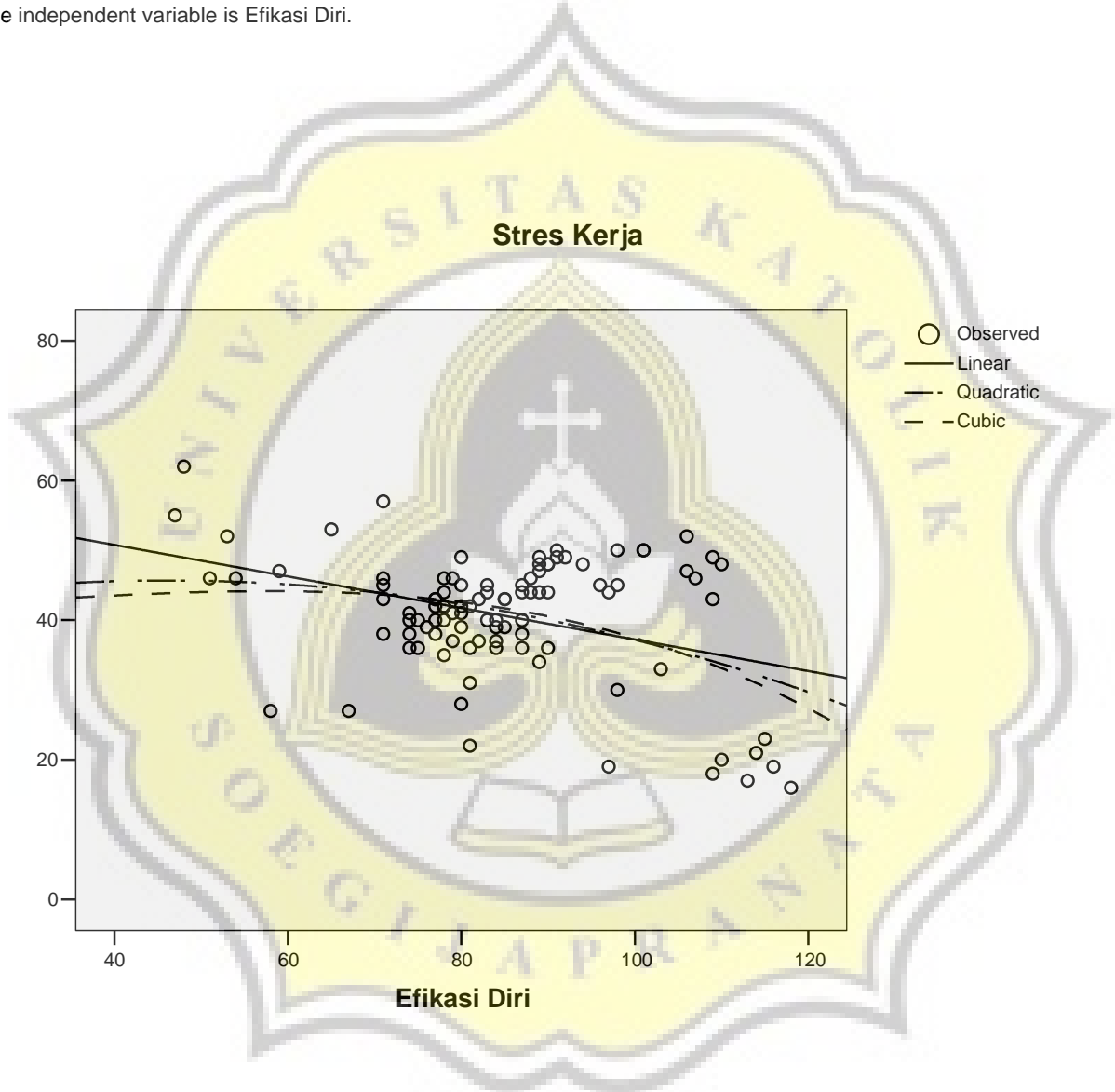


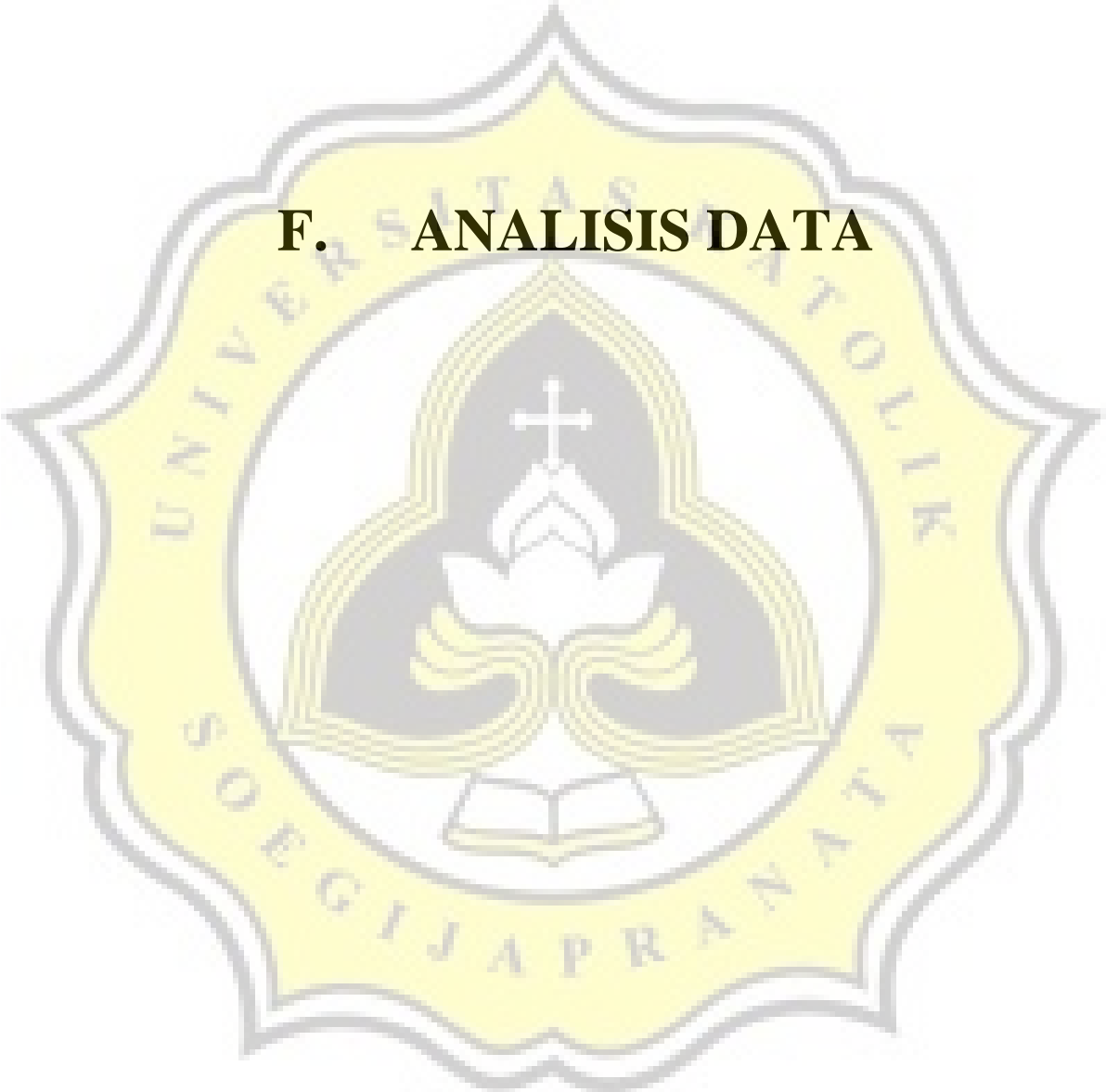
Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Stres Kerja

Equation	Model Summary					Parameter Estimates			
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1	b2	b3
Linear	,139	15,831	1	98	,000	59,813	-,226		
Quadratic	,151	8,614	2	97	,000	39,473	,269	-,003	
Cubic	,163	9,447	2	97	,000	41,364	,000	,003	-2,9E-005

The independent variable is Efikasi Diri.





F. ANALISIS DATA

Correlations

Correlations

		Efikasi Diri	Stres Kerja
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-,373**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	100	100
Stres Kerja	Pearson Correlation	-,373**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	100	101

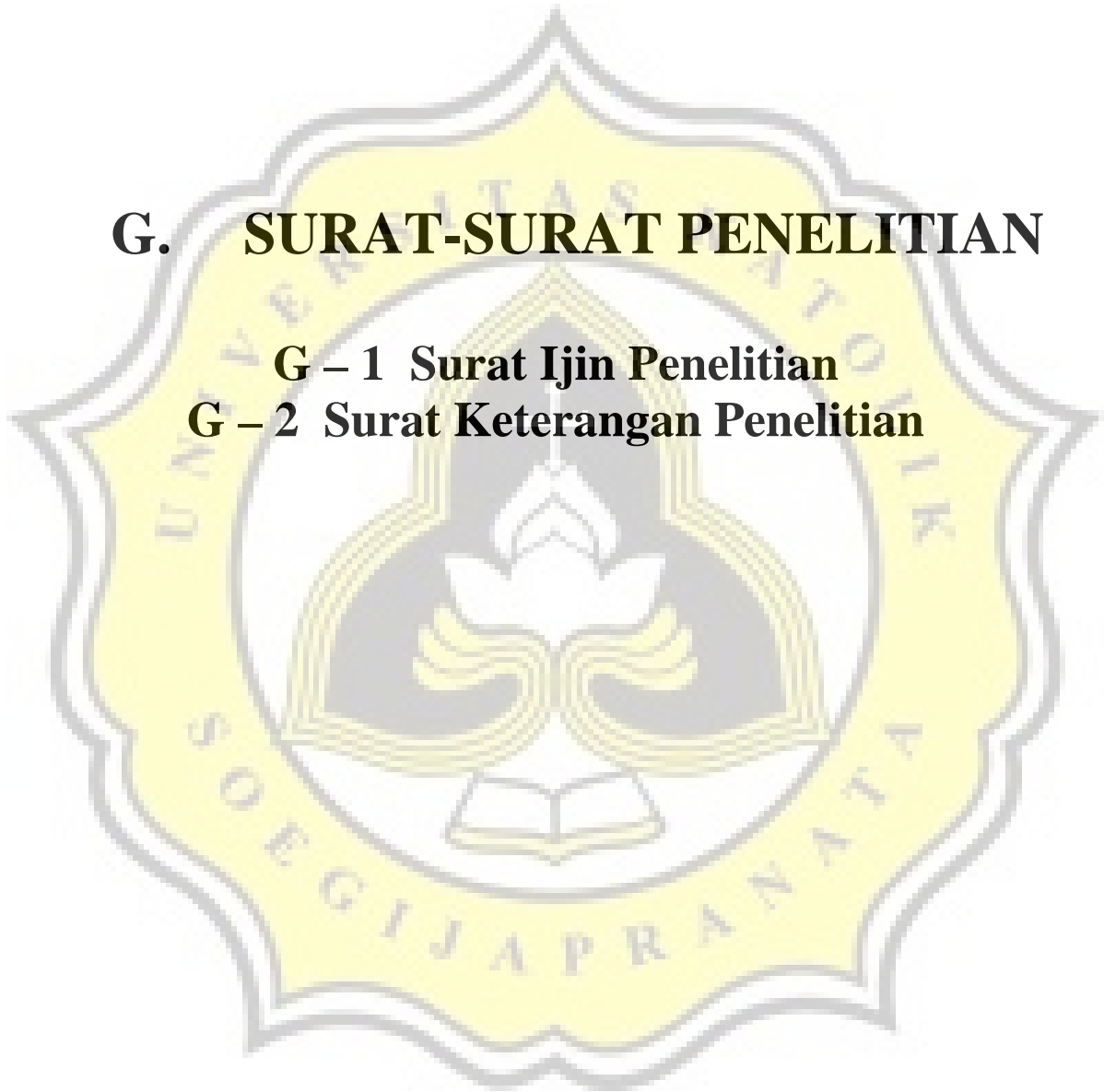
** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).



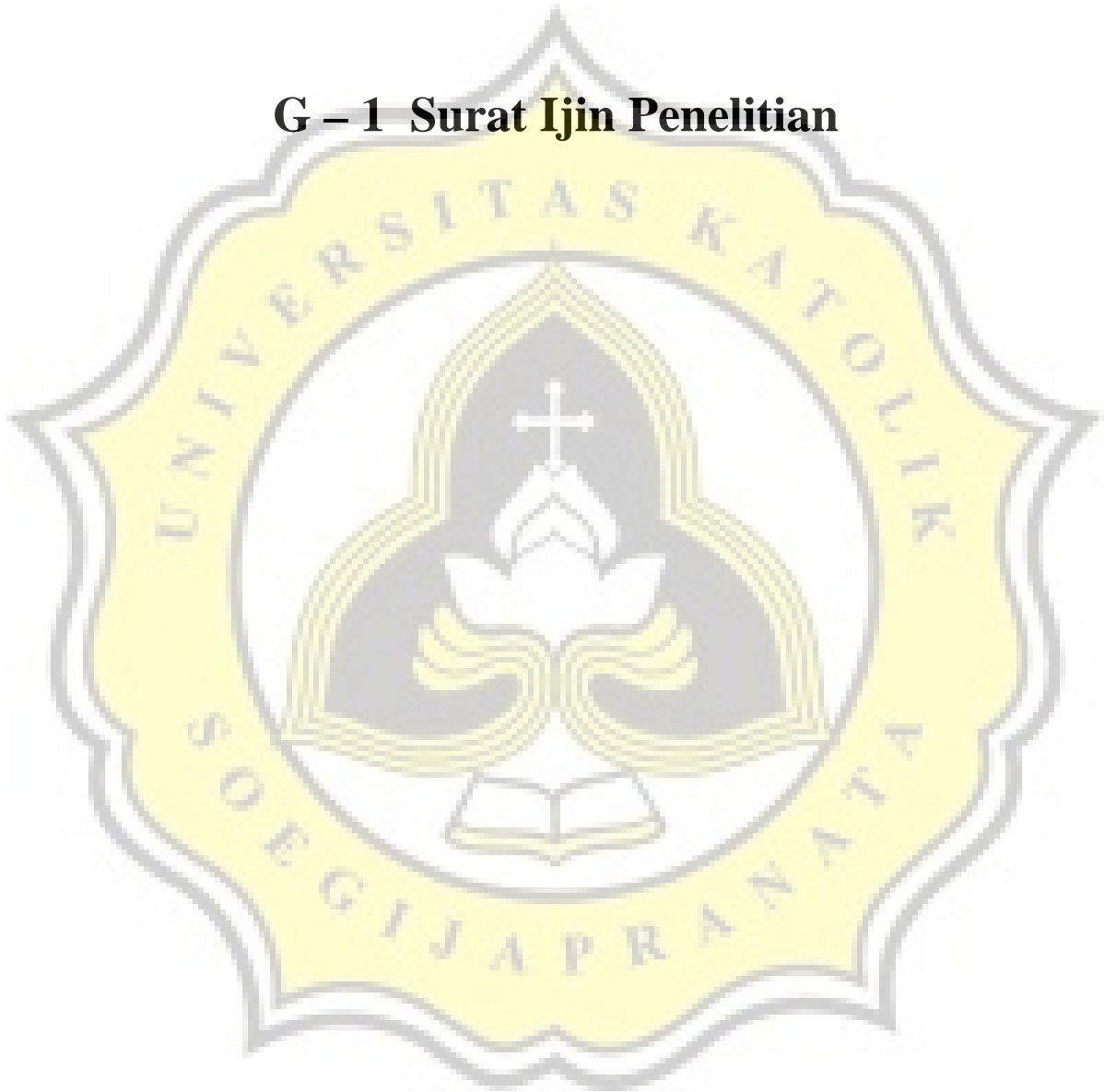
G. SURAT-SURAT PENELITIAN

G – 1 Surat Ijin Penelitian

G – 2 Surat Keterangan Penelitian



G – 1 Surat Ijin Penelitian



G – 2 Surat Keterangan Penelitian

