

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA DOSEN DI STIKES SENIOR MEDAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

Diajukan Oleh:
Agustinus Manullang
18.860.0145



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI
HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA DOSEN DI
STIKES SENIOR MEDAN**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Agustinus Manullang
18.860.0145

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 28 Maret 2023

**Susunan Dewan
Penguji**

Ketua

Sekretaris

(Dr. Suryani Hardjo, S.Psi., M.A, Psikolog) (M.Fadli Nugraha, S.Psi., M.Psi)

Pembimbing

Penguji Tamu

(Faadhil S.Psi, M.Psi, Psikolog)

(Farida Hanum Siregar S.Psi, M.Psi)

Skripsi ini diterima sebagai salah satu
Persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana
Tanggal, 28 Maret 2023

Kepala Bagian

(Arif Fachrian, S.Psi., M.Psi.)

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

(Hasanuddin, Ph.D)

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agustinus Manullang
NPM : 18.860.0145
Tahun Terdaftar : 2023
Program Studi : Psikologi Industri dan Organisasi
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga pendidikan tinggi, dan juga tidak terdapat karyawan atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftar pustaka.

Dengan demikian, saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah skripsi ini di kemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 28-03-2023



(Agustinus Manullang)

188600145

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agustinus Manullang
NPM : 18.860.0145
Program Studi : Psikologi Industri dan Organisasi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty- Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Dosen Di STIKes Senior Medan**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Non- eksklusif Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada tanggal : 26-03-2023

Yang menyatakan



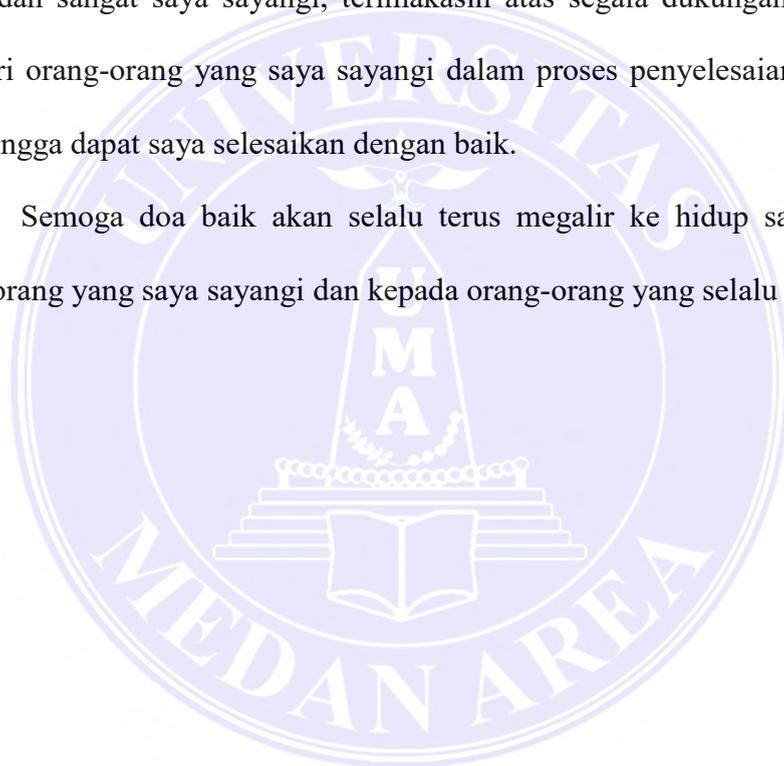
(Agustinus Manullang)

PERSEMBAHAN

Saya ucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan segala kesempatan dan kemudahan serta kesehatan, khususnya dalam penyelesaian karya ilmiah saya berupa skripsi sebagai bentuk mendapatkan gelar sarjana saya.

Saya persembahkan karya ilmiah ini kepada orang-orang yang saya kasihi dan sangat saya sayangi, terimakasih atas segala dukungan, bantuan dan doa dari orang-orang yang saya sayangi dalam proses penyelesaian karya ilmiah ini sehingga dapat saya selesaikan dengan baik.

Semoga doa baik akan selalu terus mengalir ke hidup saya dan hidup orang-orang yang saya sayangi dan kepada orang-orang yang selalu berbuat baik.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa dan Maha Pengasih yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Sejalan dengan penelitian karya ilmiah ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan sarjana Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan karya tulis ini berjudul **“Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Dosen Di STIKes Senior Medan.”**

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari doa, bimbingan, bantuan, dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Ketua Yayasan Pendidikan Haji AgusSalim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc. selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Hasanuddin, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Bapak Arif Fachrian, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Bagian Psikologi Industri dan Organisasi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
5. Bapak Faadhil, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu luang, memberikan masukan, yang memberi

kelancaran, meringankan segala urusan selama proses penelitian, dan yang selalu sabar selama proses bimbingan.

6. Ibu Dr. Suryani Hardjo, S.Psi., M.A., Psikolog selaku ketua dalam sidang skripsi yang telah meluangkan waktu untuk turut hadir, memberikan kemudahan, dan memberikan arahan selama pelaksanaan sidang.
7. Bapak M. Fadli Nugraha, S.Psi., M.Psi. selaku sekretaris sidang skripsi yang telah meluangkan waktu untuk turut hadir, memberikan kemudahan, dan memberikan arahan selama pelaksanaan sidang.
8. Ibu Farida Hanum Siregar, S.Psi., M.Psi. selaku penguji tamu yang telah meluangkan waktu untuk turut hadir, memberikan kemudahan, dan memberikan arahan selama pelaksanaan sidang.
9. Terima kasih kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu selama proses belajar sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dan juga staff-staff yang telah membantu mengurus keperluan administrasi.
10. Terima kasih kepada Ibu Herlina Simanjuntak selaku Ketua di kampus STIKes Senior Medan yang telah memberikan izin peneliti dalam melakukan penelitian dan kemudahan dalam proses administrasi.
11. Terima kasih kepada Bang Pius selaku pihak akademik di bagian tata usaha STIKes Senior Medan yang telah membimbing peneliti selama melakukan penelitian, memberikan tenaganya untuk menemani peneliti selama proses pengambilan data, dan mempermudah proses administrasi.
12. Terima kasih kepada Kak Mifta selaku staff Akademik yang turut berpartisipasi selama peneliti melakukan pengambilan data, yang

- memberikan peneliti dukungan dan kemudahan pengurusan administrasi.
13. Terima kasih kepada dosen pelaksana yang sangat bersedia meluangkan waktunya di tengah kesibukan bekerja untuk memberikan jawaban-jawabannya demi kepentingan data penelitian.
 14. Bapak Zontar Manullang dan Nelly Ritonga, orang tua kandung yang sangat peneliti sayangi, yang selalu memberikan penulis dukungan, semangat, dan doa sampai peneliti memiliki motivasi tinggi untuk menyelesaikan kuliah.
 15. Kakak Rode Sinta Uli Manullang, dan Abang Jonly Manullang sebagai saudara kandung yang sangat peneliti sayangi, yang selalu memberikan hiburan, dukungan, dan semangat hingga peneliti dapat sabar selama menjalani perkuliahan.
 16. Kepada keluarga besar Manullang dan keluarga Opung Rode Manullang yang selalu memberikan doa dan dukungan.
 17. Teman saya Gondo Limbong dan Apep yang selalu meluangkan waktunya untuk sharing tentang tugas skripsi saya, memberikan kekuatan, memberikan hiburan, dan memberikan dukungan.
 18. Kepada Diri Saya sendiri terima kasih telah kuat, kadang masih tidak menyangka bisa kuat bertahan sampai sejauh ini bisa melewati hal-hal yang melelahkan dan menghadapi semuanya selama menjalani perkuliahan, dan bersyukur banget selalu dikelilingi orang-orang yang baik. Ternyata bersyukur sesimpel bertrimaksih atau hal-hal kecil yang ada di hidup kita.
 19. Kepada Bang Pius, terima kasih telah memberikan peneliti saran untuk

melakukan penelitian di kampus tersebut, membantu keperluan administrasi kepada perusahaan, dan memberikan dukungan selama penelitian.

20. Kepada Bella Theresia Br. Silitonga, Moni Harianja, Kadek Vidi, Paune Boni, terima kasih telah menjadi teman yang saling mendukung, menghibur, berbagi cerita selama perkuliahan, dan sebagai teman berdiskusi.

Semoga Tuhan Yang Maha Kuasa senantiasa membalasmu dengan kebaikan.



Medan, _____ 2023

Agustinus Manullang

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSRTAK	xv
ABSRTACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Stres Kerja	8
1. Pengertian Stres Kerja	8
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	9
3. Aspek-aspek Stres Kerja	10
4. Gejala Stres Kerja.....	11
B. Beban Kerja.....	15
1. Pengertian Beban Kerja.....	15
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	16
3. Aspek-aspek Beban Kerja	18
C. Dosen.....	20
D. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja.....	21
E. Kerangka Konseptual	24
F. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Tipe Penelitian	25
B. Identifikas Variabel Penelitian.....	25
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	26

1. Populasi	26
2. Sampel	27
E. Metode Pengumpulan Data	27
F. Validitas dan Reliabilitas	29
G. Metode Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN.....	31
A. Gambaran Objek Penelitian	31
B. Persiapan Penelitian	32
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	35
1. Uji Validitas	35
1) Skala beban kerja	35
2) Skala stres kerja	35
2. Uji Reliabilitas.....	36
3. Uji Asumsi.....	36
1) Uji Normalitas	36
2) Uji Linearitas	37
3) Uji Hipotesis	37
4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik	38
1) Mean Hipotetik	38
2) Mean Empirik	38
3) Kriteria	39
D. Pembahasan.....	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel I.	Jumlah dosen yang mendapat tugas tambahan tahun 2022	3
Tabel II.	Nilai untuk Jawaban Favourable dan Unfavourable.....	28
Tabel III.	Blue print skala beban kerja sebelum try out.....	34
Tabel IV.	Blue print skala stres kerja sebelum try out.....	34
Tabel V.	Blue print skala beban kerja setelah try out.....	35
Tabel VI.	Blue print skala stres kerja setelah try out	36
Tabel VII.	Hasil uji reliabilitas.....	36
Tabel VIII.	Hasil uji normalitas.....	37
Tabel IX.	Hasil uji linearitas	37
Tabel X.	Hasil uji korelasi product moment.....	38
Tabel XI.	Rangkuman Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik	39

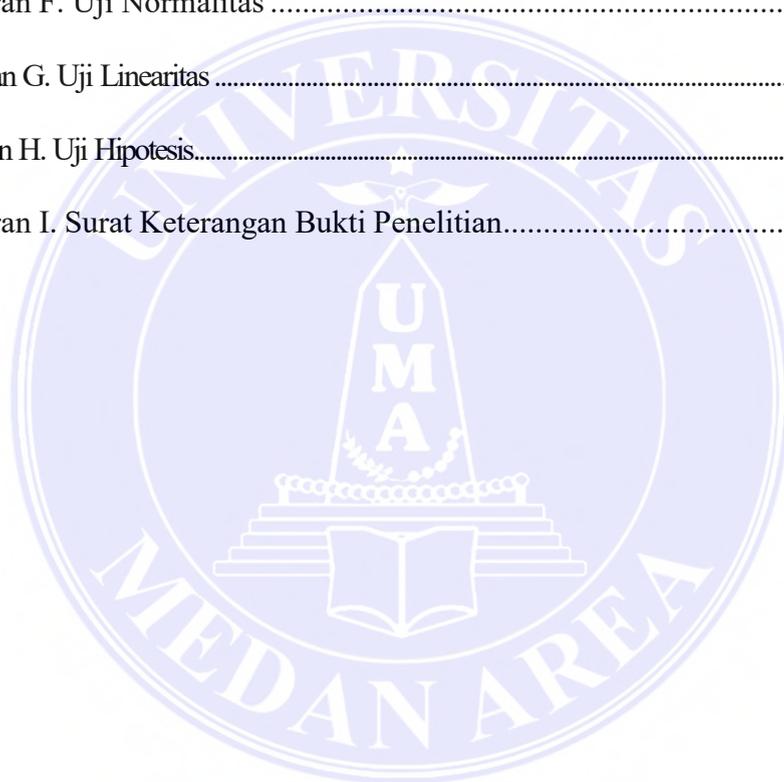
DAFTAR GAMBAR

Gambar I.	Kerangka konseptual.....	25
Gambar II	Kurva Normal Variabel Beban Kerja	39
Gambar III	Kurva Normal Variabel Stres Kerja	40



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. <i>Blue Print</i>	50
Lampiran B. Kuesioner	55
Lampiran C. Tabulasi Data <i>Try Out</i>	59
Lampiran D. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	65
Lampiran E. Tabulasi Data Penelitian.....	70
Lampiran F. Uji Normalitas	77
Lampiran G. Uji Linearitas	79
Lampiran H. Uji Hipotesis.....	82
Lampiran I. Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	84



Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Dosen di STIKes

Senior Medan

Oleh:

Agustinus Manullang

188600145

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stress kerja dosen STIKes Senior Medan. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah dosen STIKes Senior Medan. Sampel dalam penelitian berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala beban kerja dan skala stres kerja dengan model Skala Likert. Metode analisis data menggunakan *Person Product Moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja ($r = 0,448$, $p = 0,000$). Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci: Beban Kerja; Stres Kerja; Dosen.

***The Correlation between Workload and Lecturer Work Stress at
STIKes Senior Medan***

By:

Agustinus Manullang

188600145

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between workload and work stress for Senior STIKes Medan lecturers. The method in this study uses quantitative methods. The population in this study were Senior STIKes Medan lecturers. The sample in the study amounted to 60 people. The sampling technique uses total sampling. The data collection method uses a workload scale and work stress scale with a Likert Scale model. Data analysis method using Person Product Moment. The results of this study indicate that there is a positive and significant relationship between workload and work stress ($r = 0.448$, $p = 0.000$). Thus the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: Workload; Work Stress; Lecturer.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi atau biasa disebut dengan Kampus merupakan pilar utama dalam sistem pendidikan tinggi yaitu sebagai penyangga sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Dosen merupakan komponen penting yang bisa dikatakan sebagai penentu maju tidaknya sebuah Perguruan Tinggi dalam bidang akademik. Dosen mempunyai tanggung jawab dan tugas untuk menentukan sistem pembelajaran yang tepat dan membentuk sumber daya tangguh yang ada dalam diri setiap mahasiswa untuk keberhasilan mahasiswa nantinya dalam persaingan di dunia kerja.

Tugas utama dosen selain menyelenggarakan pendidikan atau pengajaran yaitu melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Khusus ditinjau dari aspek profesi seorang dosen, bahwa seorang dosen profesional dituntut sejumlah persyaratan, antara lain memiliki kualifikasi pendidikan profesi dan kompetensi keilmuan, memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik dengan anak didiknya, mempunyai jiwa kreatif dan produktif, mempunyai etos kerja dan komitmen yang tinggi terhadap profesinya serta selalu melakukan pengembangan diri secara terus-menerus (undang-undang nomor 14 tahun 2005).

Banyak hal yang dapat mempengaruhi kinerja seseorang, menurut Mangkunegara (2014) faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja terdiri dari faktor internal yaitu yang dihubungkan dengan sifat seseorang dan faktor

eksternal yaitu faktor yang mempengaruhi kinerja seseorang yang berasal dari lingkungan seperti perilaku, sikap dan tindakan-tindakan rekan kerja, bawahan atau pimpinan, dan fasilitas kerja. Apabila faktor eksternal ini tidak sesuai dengan harapan, dapat menimbulkan stress. Stres dapat terjadi pada siapapun dan banyak faktor yang mempengaruhi stres tersebut.

Kampus STIKes merupakan salah satu pendidikan kesehatan di Medan Sumatera Utara. Salah satu tujuan STIKes adalah Menyelenggarakan kegiatan pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang kreatif, berintegritas dan profesional, dan meningkatkan kualitas institusi pendidikan dengan standar dan sistem manajemen secara berkelanjutan. Agar tujuan yang telah ditetapkan oleh STIKes Senior dapat tercapai, maka peran tenaga pendidik (dosen) menjadi sangat penting karena dosen merupakan pengajar di perguruan tinggi. Oleh karena itu, kinerja dosen menjadi hal yang penting untuk menjadi perhatian. Di STIKes terdapat 6 program studi yang merupakan kampus swasta kesehatan. Selain itu, terdapat beberapa unit pelaksana teknis yang membantu dalam pencapaian visi, misi dan tujuan kampus STIKes Senior.

Untuk melaksanakan tupoksi pada unit-unit yang ada di kampus STIKes Senior tersebut, pimpinan memberikan tugas tambahan kepada dosen sebagai pelaksana atau pengelola. Dari 60 (enam puluh) orang dosen, sebanyak 41 orang diperbantukan di unit-unit dan mempunyai jabatan di kampus STIKes Senior Medan. Pada saat proses wawancara 19 orang lainnya dari 60 sampel tidak mendapatkan tugas tambahan. Dan salah satu bentuk stres adalah pada dasarnya disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan (Hety, 2020). Beban kerja merupakan banyaknya tugas dan tanggung jawab yang berlebih yang

harus dilakukan dan diselesaikan pada batas waktu tertentu (Apriani dan Pragninrum, 2013). Berikut data jumlah dosen yang mendapatkan tugas tambahan selain sebagai staf pengajar.

Tabel I. Jumlah Dosen Yang Mendapat Tugas Tambahan Pada STIKes Senior Medan Tahun 2022

No	Nama Unit	Jumlah
1	Ketua	1
2	Wakil Ketua I (Akademik)	1
3	Wakil Ketua II (Keuangan)	1
4	Wakil Ketua III (Kemahasiswaan)	1
5	LPM (Lembaga Penjaminan Mutu)	5
6	LPPM (Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat)	4
7	Struktural Program Studi	15
8	Unit Laboratorium	5
9	Unit Kerjasama dan Hubungan Internasional	3
10	PSI STIKes Senior	2
11	Unit Pengelola Jurnal	3
Jumlah		41

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa dosen pada STIKes Senior Medan mendapat tugas tambahan di beberapa unit kerja. Dosen pada STIKes Senior Medan yang tidak memiliki unit kerja juga kadangkala diperbantukan oleh pimpinan pada unit kerja tertentu. Selain Tri Dharma Perguruan Tinggi (mengajar, penelitian, dan pengabdian masyarakat), dosen juga mendapatkan tugas tambahan dari pimpinan sehingga rata-rata dosen mengalami stres.

Tanda - tanda stres yang dialami berkaitan dengan tingkat beban kerja yaitu jika terlalu sedikit beban, maka akan tampak kebosanan, apatis, menurunnya semangat kerja, dan kelesuan, sikap yang negatif. Namun jika terlalu banyak beban, maka akan tampak hubungan yang tegang, insomnia (tidak dapat tidur), penilaian yang tidak baik, kesalahan yang meningkat, keragu-raguan, pengunduran diri, ingatan yang berkurang. Junaidi (2015) menyatakan bahwa stress merupakan penyesuaian tanggapan yang dipengaruhi oleh perbedaan

individu dan proses psikologi sebagai konsekuensi dari tindakan lingkungan sekitar yang terlalu banyak menuntut pada fisik dan psikologi seseorang. Sesuai dengan Undang Undang nomor 14 Tahun 2015 tentang beban kerja dosen yang harus dilaksanakan dosen paling sedikit sepadan dengan 12 (dua belas) SKS pada setiap semester sesuai dengan kualifikasi akademik.

Tingkat stres yang tertinggi sesuai jumlah kasus yang berhubungan dengan pekerjaan stres, depresi atau kecemasan adalah tenaga medis, pekerja sosial, pendidikan, administrasi publik dan pertahanan (Ella Marliani Pertiwi, 2019). Sedangkan pekerjaan yang termasuk memiliki tingkat stres, depresi atau kecemasan yang tinggi yaitu profesional kesehatan (perawat), pengajar dan profesional pendidikan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara terhadap beberapa dosen di kampus STIKes Senior Medan diketahui masing-masing dosen memberi pengajaran tiga sampai empat kali dalam seminggu. Tuntutan tugas mengajar menyebabkan dosen mengalami rasa bosan, menyiapkan materi yang bagus untuk mahasiswa dan rasa bosan ketika mengulangi pelajaran tersebut dikelas yang berbeda. Selain mengajar dosen juga dituntut untuk membimbing mahasiswa menyusun skripsi. Bimbingan Skripsi untuk semua jenjang hanya 2 SKS persemester atau setara dengan 8 mahasiswa, dan sebagai penguji 1,5 sks (UU No.14 tahun 2005 pasal 72 tentang BKD) mengharuskan para dosen harus lebih giat dalam membimbing mahasiswa disamping dengan pengajaran yang dilakukan. Namun pada kenyataannya masing-masing dosen memberikan bimbingan lebih dari 8 mahasiswa, Juga memberikan bimbingan magang/praktek terdiri atas sebanyak-banyaknya 50 mahasiswa, kegiatan yang

setara dengan 12,5 sks per semester. Ditambah lagi dengan kewajiban seorang dosen yakni melakukan pengabdian masyarakat minimal satu kali dalam satu semester dan penelitian minimal satu dalam setahun dengan topik yang terbaru dan relevan sesuai dengan ilmu yang diajarkan membuat para dosen stress, karena banyaknya tugas yang harus dikerjakan dan diselesaikan sehingga dapat menurunkan semangat kerja bagi para dosen STIKes Senior Medan.

Berdasarkan hasil wawancara dan dari daftar tabel di atas dapat dilihat beban kerja yang dialami dosen sangat banyak. Dosen memperlihatkan gejala stres kerja, beberapa dosen mengeluh pusing, merasa kelelahan, sebagian dosen sering mengeluh insomnia, mengantuk saat mengajar dan mudah marah terhadap sesuatu. Hal ini dapat menyebabkan gangguan tubuh untuk rileks, gangguan pola makan dan pola tidur menyebabkan kesehatan terganggu sehingga sulit untuk fokus pada pekerjaannya. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Nurmalasari (2012) yaitu beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja.

Hal ini tentulah harus diperhatikan agar kinerja dosen tersebut dapat maksimal baik sebagai dosen yang merupakan tugas utama maupun kinerja di tugas tambahannya. Dari hasil diatas menunjukkan bahwa terdapat permasalahan stres kerja yang dirasakan oleh dosen STIKes Senior Medan. Berdasarkan uraian yang di atas, maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Beban Kerja dengan Stres kerja pada dosen di STIKes Senior Medan.

B. Identifikasi Masalah

Dosen adalah pendidik profesional yang bekerja di satuan pendidikan tinggi tertentu. Dosen kerap disebut sebagai Ilmuwan karena kapasitas ilmu yang

ia miliki. Tugas utama seorang dosen adalah mengembangkan dan menyebarluaskan ilmu pengetahuan, teknologi, juga seni melalui Tri Dharma Pendidikan Tinggi. Selain melaksanakan perkuliahan, dosen diharapkan dapat terus melakukan penelitian pada bidang keahliannya dan memberikan bimbingan kepada mahasiswa. Sebagai seorang ilmuwan, dosen perlu mempublikasikan secara teratur karya tulis ilmiah dan hasil penelitiannya di konferensi akademik.

Dalam menjalankan tugas, dosen dihadapkan dengan berbagai macam masalah antaranya stres kerja dan beban kerja. Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada dosen, salah satunya adalah beban kerja, beban kerja dapat menyebabkan stres dan banyak dampak yang terjadi akibat stres kerja seperti mengalami mengantuk, kesehatan yang buruk, dan masalah psikologis.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak terlalu luas dan berfokus pada identifikasi masalah serta penelitian ini terarah, maka peneliti membatasi permasalahan pada karakteristik beban kerja dengan stres kerja Dosen di Kampus STIKes Senior Medan.

D. Rumusan Masalah

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang terbaik dan dapat dimengerti oleh peneliti selanjutnya maupun pembaca karya ilmiah, kiranya diberikan rumusan masalah agar masalah dan ruang lingkup yang diteliti dapat dipahami lebih jelas. Adapun perumusan masalah yang dimaksudkan oleh peneliti adalah “Apakah ada Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Dosen di Kampus STIKes Senior Medan?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Dosen di Kampus STIKes Senior Medan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbang wawasan dan ilmu pengetahuan bagi perkembangan dan kemajuan di bidang psikologi industri dan organisasi.

2. Manfaat praktis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hal-hal yang ingin diketahui dalam memperoleh suatu pemahaman yang lebih baik tentang adanya hubungan antara beban kerja dan stres kerja di Kampus STIKes Senior Medan.
- 2) Selanjutnya hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan gambaran tentang beban kerja dosen sehingga dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak manajemen kampus dalam pengambilan keputusan, serta membuat kebijakan agar bisa meminimalkan terjadinya stress kerja pada dosen.
- 3) Bagi subjek penelitian diharapkan dapat memperoleh Ilmu yang bermanfaat dan informasi mengenai “Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Dosen di Kampus STIKes Senior Medan”.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Kerja

1. Pengertian Stres Kerja

Dalam dunia kerja, tidak menutup kemungkinan terjadinya stres kerja. Menurut Robbins dan Judge (2015), stres kerja adalah suatu kondisi dinamis dimana seorang individu dihadapkan pada peluang, tuntutan atau sumber daya yang terkait dengan apa yang dihasratkan oleh individu itu dan yang hasilnya dipandang tidak pasti dan penting, stres lebih sering dikaitkan dengan tuntutan dan sumber daya. Terlalu banyak stres dapat membuat orang enggan bekerja di lingkungan. Akibatnya, pekerja mengalami gejala stress yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk melakukan pekerjaan mereka. Orang yang mengalami stres dapat menjadi gugup, memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, menjadi mudah tersinggung, agresif, tidak dapat bersantai, atau menunjukkan sikap yang tidak kooperatif.

Selain itu, menurut Mangkunegara (2014), stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan saat bekerja. Stres kerja ini disebabkan oleh sindrom seperti emosi yang tidak stabil, rasa tidak enak, kesepian, gangguan tidur, merokok berlebihan, ketidakmampuan untuk bersantai, kecemasan, ketegangan, gugup, tekanan darah tinggi, dan gangguan pencernaan.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa stres kerja adalah kondisi ketegangan yang menyebabkan adanya ketidakseimbangan kondisi fisik, dan psikis pada dosen yang bersumber dari Individu maupun Organisasi sehingga berpengaruh pada fisik, psikologis, perilaku.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan timbulnya stres dalam pekerjaan ini. Menurut Robbins dan Judge (2015), terdapat tiga kategori dari sumber stres yang potensial, yaitu:

- 1) Faktor-faktor lingkungan, dengan indikator antara lain:
 - a. Ketidakpastian ekonomi
 - b. Ketidakpastian politik
 - c. Perubahan teknologi
- 2) Faktor organisasi, dengan indikator :
 - a. Tuntutan tugas
 - b. Tuntutan peran
 - c. Tuntutan pribadi
- 3) Faktor pribadi (individu), adapun indikatornya:
 - a. Permasalahan keluarga
 - b. Permasalahan ekonomi
 - c. Kepribadian

Selain itu, Mangkunegara (2014), faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja antara lain:

1. Beban kerja yang dirasakan terlalu berat
2. Waktu kerja yang mendesak
3. Kualitas pengawasan kerja yang rendah
4. Iklim kerja yang tidak sehat
5. Otoritas kerja yang tidak memadai yang berhubungan dengan tanggung jawab

6. Konflik kerja

7. Perbedaan nilai antara karyawan dengan pemimpin yang frustrasi kerja.

Maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerjayaitu faktor lingkungan, faktor organisasi dan faktor individu.

3. Aspek-aspek Stres Kerja

Stres kerja dikategorikan dalam beberapa aspek-aspek stres kerja. Robbins (2015) mengatakan bahwa aspek-aspek stres kerja adalah sebagai berikut:

a. Aspek fisiologis

Gejala awal yang akan ditimbulkan ketika seseorang mengalami stres kerja biasanya ditandai oleh gejala fisiologis. Stres dapat menyebabkan penyakit di dalam tubuh yang ditandai dengan perubahan metabolisme tubuh seperti peningkatan tekanan darah, sakit kepala, jantung berdebar, serta dapat menyebabkan penyakit jantung.

b. Aspek psikologis

Stres dapat menyebabkan ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, sikap suka menunda dan lainnya yang dapat menimbulkan rasa ketidakpuasan terhadap berbagai hal terutama dalam hal pekerjaan.

c. Aspek perilaku

Stres yang berkaitan dengan perilaku adalah seperti perubahan dalam produktivitas, meningkatnya absensi, dan tingkat keluarnya karyawan dari perusahaan. Dampak lainnya adalah perubahan dalam kebiasaan sehari-hari seperti gangguan makan, gangguan tidur, dan juga peningkatan dalam konsumsi rokok maupun alkohol

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang dapat menyebabkan stres kerja ada tiga aspek yaitu: aspek fisiologis aspek psikologi, dan aspek perilaku.

4. Gejala Stress Kerja

Gejala stres kerja Menurut Robbins (2015), gejala stres kerja diklasifikasikan menjadi tiga aspek, yaitu:

a. Gejala fisiologis

Gejala fisiologis antara lain:

- 1) Sakit perut
- 2) Denyut jantung meningkat dan sesak napas
- 3) Hipertensi
- 4) Sakit kepala
- 5) Serangan jantung

Gejala fisiologis kurang terwakili, karena menurut Robbin (2015) sebenarnya berkontribusi pada kesulitan dalam mengukur stres secara objektif dalam Pekerjaan. Yang lebih menarik adalah bahwa gejala fisiologis memiliki sedikit relevansi dengan studi perilaku organisasi.

b. Gejala psikologis

Adapun gejala-gejala psikologis yang muncul adalah sebagai berikut:

- 1) Khawatir
- 2) Stres
- 3) Bosan
- 4) Tidak puas di tempat kerja
- 5) Iri hati

6) Penundaan

Gejala psikologis ini adalah yang paling umum, dan diantisipasi sejak awal ketidakpuasan kerja. Dosen terkadang berusaha meredakan gejala yang muncul tanpa hasil, sehingga penyebab putus asa tampaknya dipelajari terus menerus, yang biasa dikenal dengan dengan ketidakberdayaan yang dipelajari dapat menyebabkan gejala depresi Bodner & Mikuliner (dalam Robbin, 2015)

c. Gejala perilaku

Gejala perilaku meliputi:

- 1) Meningkatnya ketergantungan minum kopi
- 2) Vandalisme di tempat kerja
- 3) Makan berlebihan atau nafsu makan berkurang adalah perilaku penarikan diri.
- 4) Peningkatan ketidakhadiran dan penurunan kinerja
- 5) Gelisah dan gangguan tidur
- 6) Bicara cepat.

Robbins, (2015) menyatakan bahwa gejala psikologis stres kerja adalah ketidakpuasan kerja, yang lebih menonjolkan kecemasan, stres, kebosanan, kecemburuan, stabilitas, dan prokrastinasi yang mereka makan.

Selain itu menurut Cooper dan Straw (dalam Dhania, 2010) gejala stres kerja dibagi menjadi tiga, yaitu:

a. Gejala fisik

Gejala fisik stres dapat berupa: kesulitan bernapas, mulut dan tenggorokan kering, tangan basah, rasa panas, ketegangan otot, gangguan pencernaan, mencret, sembelit, sangat lelah, sakit kepala, varises, gelisah.

b. Gejala perilaku

Banyak gejala stres yang termanifestasi dalam perilaku, antara lain:

- 1) Emosi berupa: kebingungan, kecemasan dan kesedihan, lekas marah, salah paham, ketidakberdayaan tidak mampu melakukan apa-apa, agitasi, kegagalan, tidak menarik, kehilangan semangat.
- 2) Kesulitan dalam: berkonsentrasi, berpikir jernih, membuat keputusan.
- 3) Menghilang: kreativitas, gairah untuk penampilan, kepedulian terhadap orang lain.

c. Gejala di tempat kerja

Sebagian besar waktu dosen mengajar dan jika mereka mengalami stres, gejala dapat mempengaruhi kita di tempat kerja, termasuk:

- 1) Kepuasan kerja rendah
- 2) Kinerja yang menurun
- 3) Semangat dan energi hilang
- 4) Komunikasi tidak lancar
- 5) Pengambilan keputusan jelek
- 6) Kreatifitas dan inovasi berkurang
- 7) Bergulat pada tugas- tugas yang tidak produktif

Berdasarkan uraian diatas, maka disimpulkan gejala- gejala stress kerja pada dosen meliputi gejala fisiologis, gejala psikologis, gejala perilaku, gejalafisik dan gejala di tempat kerja.

d. Dampak stress kerja

Menurut Handoko (2010), stres kerja dapat mengakibatkan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Karyawan menjadi sakit dan putus asa.
- 2) Kecelakaan kerja terutama pekerjaan yang menuntut kinerja yang tinggi dan bekerja giliran.
- 3) Absensi kerja sehingga dapat meningkatkan *turn over* karyawan.
- 4) Lesu kerja, dosen kehilangan motivasi bekerja sehingga prestasi kerja menurun.
- 5) Gangguan jiwa mulai dari gangguan ringan sampai ketidak mampuan yang berat.

Gangguan jiwa yang ringan misalnya mudah gugup, tegang, mara-marah, apatis, dan kurang konsentrasi. Gangguan yang lebih jelas lagi dapat berupa depresi dan gangguan cemas. Menurut Rice (dalam Waluyo, 2013) pada umumnya stres kerja lebih banyak merugikan karyawan atau perusahaan. Pada diri karyawan konsekuensi tersebut dapat berupa menurunnya gairah kerja, kecemasan yang tinggi, frustrasi dan sebagainya. Konsekuensi pada dosen ini tidak hanya berhubungan dengan aktivitas kerja saja, tetapi dapat meluas ke aktivitas lain diluar dari pekerjaan. Seperti tidak dapat dengan tenang, selera makan berkurang, mampu berkonsentrasi, dan sebagainya.

a. Dampak negative

Arnold (dalam Waluyo, 2013) menyebutkan bahwa ada empat konsekuensi yang dapat terjadi akibat stres kerja yang dialami oleh individu, yaitu terganggunya kesehatan fisik, kesehatan psikologis, performance, serta mempengaruhi individu dalam mengambil keputusan.

b. Dampak positif

Bila menghadapi stres, pada pola pikir kita harus dibalik, yang tadinya

berdampak negatif dicari positifnya yaitu dengan bersyukur karena dibalik kesukaran/stres akan ada kebahagiaan, tergantung pada keikhlasan yang menjalani.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa dampak dari stres kerja adalah dampak positif dan dampak negatif. Dan stres kerja juga dapat menyebabkan timbulnya penyakit, kecelakaan kerja, absensi kerja, bahkan gangguan jiwa.

B. Beban Kerja

1. Pengertian Beban Kerja

Beban kerja adalah situasi dimana pekerja dihadapkan pada tugas-tugas harus diselesaikan dalam waktu tertentu. Terlalu banyak pekerjaan dan kurangnya pekerjaan adalah sumber stres. Beban kerja secara kuantitatif disebabkan terlalu banyak atau terlalu sedikit tugas, sedangkan secara kualitatif jika pekerja merasa tidak mampu menyelesaikan tugas atau jika tugas tersebut tidak memanfaatkan keterampilan atau potensi kapasitas tenaga kerja. Beban kerja adalah jumlah jam yang sangat besar, yang merupakan sumber tambahan stres (Munandar, 2014).

Tubuh manusia dirancang untuk dapat melakukan aktivitas kerja sehari-hari. Setiap pekerjaan merupakan beban bagi yang menyalahgunakannya, beban tersebut tergantung bagaimana orang tersebut bekerja, ini disebut beban kerja, jadi yang dimaksud beban kerja adalah kemampuan fisik orang tersebut tenaga kerja yang diterima pekerjaan.

Dari sudut pandang ergonomis, berapa pun jumlah pekerjaan yang diterima seseorang harus disesuaikan dan diseimbangkan dari segi kemampuan fisik, kemampuan kognitif dan keterbatasan manusia untuk menerima beban.

Beban dapat berupa beban fisik dan beban mental. Beban kerja fisik dapat berupa pekerjaan berat seperti mengangkat, membawa, merawat, mendorong. Sedangkan beban kerja mental dapat berupa tingkat keahlian dan kinerja individu dengan individu lain, Manuaba (dalam Tarwaka, 2011). Everly dan Girdano (dalam Munandar, 2004) menyatakan bahwa beban kerja adalah suatu keadaan dimana pekerja dihadapkan pada tugas-tugas yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu.

Menurut Ambar (dalam Apriani, 2013) beban kerja adalah banyaknya tugas dengan tanggung jawab yang harus dilakukan organisasi atau unit-unitnya dalam satuan waktu dan jumlah tenaga kerja tertentu. Sedangkan menurut Gibson (dalam Chandra, 2017) menyatakan bahwa beban kerja adalah keharusan mengerjakan terlalu banyak tugas atau penyediaan waktu yang tidak cukup untuk menyelesaikan tugas.

Sedangkan menurut Hariyono, (2009) beban kerja adalah lama seseorang melakukan aktivitas pekerjaan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas kerja yang bersangkutan tanpa menunjukkan tanda kelelahan.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa beban kerja adalah suatu kegiatan atau pekerjaan yang melebihi kemampuan dan kapasitas seseorang maupun kelompok yang harus diselesaikan dengan target waktu yang sudah ditentukan.

2. Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja

Beban kerja seorang pekerja dipengaruhi oleh banyak faktor. Arika (2011) menyatakan bahwa beban kerja dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal.

a. Faktor internal

Faktor internal adalah sebuah faktor yang berasal dari dalam tubuh karyawan yang meliputi faktor fisik dan faktor somatis yang diakibatkan oleh reaksi beban eksternal dan dapat berpotensi sebagai stressor atau penyebab stress. Faktor fisik meliputi persepsi, motivasi, keinginan, kepercayaan, persepsi, kepuasan dan sebagainya dan faktor somatic meliputi umur, ukuran tubuh, jenis kelamin, kondisi kesehatan, status gizi dan sebagainya.

b. Faktor eksternal:

Faktor eksternal adalah beban yang berasal dari luar tubuh karyawan, seperti:

- 1) Organisasi kerja. meliputi lamanya waktu istirahat, waktu kerja, sistem kerja, shift kerja dan sebagainya.
- 2) Lingkungan kerja. meliputi lingkungan kerja fisik, biologis dan psikologis yang dapat mengakibatkan beban tambahan karyawan.
- 3) Tugas, tugas terbagi menjadi dua tipe yaitu tugas yang bersifat mental dan fisik. Tugas yang bersifat mental seperti tanggung jawab, emosi pekerjaan dan kompleksitas pekerjaan. Sedangkan tugas yang bersifat fisik seperti tata ruang dan kondisi tempat kerja, stasiun kerja, sikap kerja, cara angkut, beban yang diangkat dan kondisi lingkungan kerja.

Maka, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja dipengaruhi faktor internal meliputi factor fisik dan factor eksternal meliputi organisasi kerja, tempat kerja dan tugas.

3. Aspek-aspek Beban Kerja

Menurut Ambar (dalam Apriani, 2013) aspek-aspek dalam beban kerja antara lain:

- a) Aspek tugas-tugas yang harus dikerjakan, Apakah tugas tersebut relevan dengan kemampuan dan kompetensi dasar pada karyawan apabila tugas yang diterima seorang karyawan berbeda dengan kemampuan dan mengerjakan tugas tersebut dan hasilnya pun tidak akan maksimal.
- b) Aspek dukungan seorang atau sekelompok orang yang mengerjakan tugas-tugas tersebut, Apakah orang atau sekelompok orang yang mengerjakan tugas tersebut mendapatkan dukungan dari lingkungan dan fasilitas sekitar guna menyelesaikan tugas yang dikerjakannya dengan dukungan yang baik, maka hasil pengerjaannya pun akan maksimal.
- c) Aspek waktu dan kondisi yang digunakan untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut, Apakah waktu yang diberikan sesuai dengan bobot pekerjaan yang diterima oleh seorang karyawan, ketidakseimbangan bobot kerja dengan waktu kerja akan menyebabkan beban kerja yang tinggi dan karyawan akan mengalami stres kerja dan Apakah tugas yang dibebankan kepada seorang karyawan telah dikerjakan dengan baik dan sesuai dengan prosedur kerja yang semestinya dilakukan oleh seorang karyawan.

Menurut Munandar (2014) beban kerja dapat diklasifikasikan ke dalam faktor intrinsik pekerjaan, secara khusus sebagai berikut:

a. Persyaratan Fisik

Kondisi kerja tertentu dapat menghasilkan prestasi kerja yang optimal selain dampaknya terhadap kinerja dosen. Kondisi fisik seorang pekerja memiliki

pengaruh terhadap kondisi psikologis seseorang. Status kesehatan pekerja harus menjaga kesehatan selama bekerja, selain itu harus istirahat yang cukup dan mendukung fasilitas kerja yang nyamanan memadai.

b. Tuntutan Tugas

Mengajar seharian seringkali menyebabkan kelelahan bagi para dosen karena beban kerja yang berlebihan. Beban kerja ini dapat mempengaruhi kinerja dosen.

Beban kerja ini dapat diklasifikasikan menjadi:

1) Beban kerja terlalu banyak / terlalu sedikit

“kuantitatif” yang timbul akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak/ terlalu sedikit ditugaskan untuk tenaga kerja diselesaikan dalam waktu tertentu

2) Beban kerja terlalu banyak / terlalu rendah

"kualitatif" yaitu jika orang merasa tidak mampu melakukan tugas atau gagal melakukan tugas menggunakan keterampilan atau potensi dari tenaga kerja.

Dalam sebuah organisasi, pemimpin memiliki peran utama dalam menentukan beban kerja seseorang. Beban kerja yang diberikan oleh pimpinan terkadang berlebihan, karena memiliki terlalu banyak aktivitas yang harus dilakukan dalam waktu tertentu. Beban kerja fisik dan mental yang berlebihan dapat menjadi sumber stres di tempat kerja. Beban kerja terlalu banyak, membutuhkan jam kerja dengan jam kerja yang besar untuk menyelesaikan semua tugas yang diberikan dan ini merupakan sumber tambahan beban kerja (Munandar, 2008). Selain itu, beban kerja yang terlalu rendah dapat menyebabkan

kurangnya stimulasi yang menyebabkan rendahnya antusiasme dan motivasi kerja yang rendah, karena akan merasa seperti tidak membuat kemajuan dan merasa tidak mampu melakukan bakat dan keterampilannya (Sutherland & cooper dalam Munandar, 2014)

Semua orang tentu mengharapkan semua pekerjaan yang mereka lakukan dapat selesai tepat waktu. Namun, jika tekanan waktu menyebabkan banyak kesalahan dalam pekerjaan atau menyebabkan penurunan kesehatan pekerja, ini menunjukkan bahwa ada terlalu banyak pekerjaan untuk pekerja.

C. Dosen

Dosen adalah pendidik profesional dan ilmuwan dengan tugas utama mentransformasikan, mengembangkan, dan menyebarluaskan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni melalui pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat dalam (UU No. 14 Tahun 2005 Pasal 1).

Dalam Undang-Undang RI nomor 20 Tahun 2003, menjelaskan bahwa Tenaga Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam penyelenggaraan pendidikan. Pendidik juga merupakan tenaga profesional yang mana tugasnya adalah merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi yaitu dosen. Mengingat peran yang diembannya, pendidik berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan,

kreatif, dinamis, dan dialogis. Pendidikan yang baik tidak lepas dari kualitas sumber daya manusia yang baik pula (Hamadi & Uhbiyati, 2007).

Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu aspek terpenting dalam mencapai tujuan suatu organisasi. Efektivitas suatu organisasi terutama ditentukan oleh kendali pribadinya. Tujuan organisasi tidak dapat dicapai tanpa orang. Hal ini karena orang adalah penggerak di balik kegiatan organisasi.

Sebagai salah satu aspek penting dalam pencapaian tujuan organisasi, orang ini tentunya harus memperhatikan kinerja yang dihasilkannya. Menurut Moehariono (2012), kinerja atau performance merupakan gambaran tingkat pencapaian pelaksanaan suatu program kegiatan atau kebijakan dalam mewujudkan sasaran, tujuan, visi dan misi organisasi yang dituangkan melalui perencanaan strategis suatu organisasi. Kinerja karyawan yang baik tentulah dapat mendorong pencapaian tujuan sebuah organisasi dengan cepat, dan sebaliknya mempunyai karyawan dengan kinerja yang baik, merupakan harapan semua organisasi.

Kedudukan dosen sebagai tenaga profesional sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 ayat (1) berfungsi untuk meningkatkan martabat dan peran dosen sebagai agen pembelajaran, pengembang ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni, serta pengabdian kepada masyarakat berfungsi untuk meningkatkan mutu pendidikan nasional dalam (UU No. 14 Tahun 2005 pasal 5).

D. Hubungan Beban Kerja Dengan Stress Kerja

Menurut Fraser (Anoraga, 2014), stres kerja timbul karena adanya perubahan dalam keseimbangan sebuah kompleksitas antara manusia, mesin dan lingkungan. Fraser juga menambahkan bahwa ada dua macam pekerjaan yang

sering menimbulkan stres, yaitu pekerjaan yang menuntut keadaan fisik (pekerjaan dengan otot) dan pekerjaan yang menuntut keterampilan dan kemahiran (pekerjaan dengan keterampilan). Tuntutan berat ini merupakan beban kerja. Hurrell (dalam Munandar, 2004) juga menjelaskan salah satu faktor penyebab stres kerja adalah beban kerja, faktor-faktor pekerjaan yang dapat menimbulkan stress adalah dalam kategori faktor-faktor intrinsik dalam pekerjaan adalah fisik dan tugas, tugas mencakup beban kerja, kerja malam dan penghayatan dari resiko dan bahaya.

Everly dkk (dalam Munandar, 2014) mengatakan beban kerja adalah keadaan dimana pekerja dihadapkan pada volume kerja atau tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu. Dengan kata lain dari beban kerja adalah kombinasi dari beban kerja kuantitatif dan kualitatif. Beban kerja kuantitatif adalah yaitu timbul karena tugas-tugas terlalu banyak atau sedikit, sedangkan beban kerja kualitatif adalah jika pekerja merasa mampu atau tidak mampu melakukan tugas secara terampil sesuai potensi dari pekerja.

Beban kerja yang terlalu berlebihan dapat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental dan reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, dan mudah marah. Sedangkan pada beban kerja yang terlalu sedikit

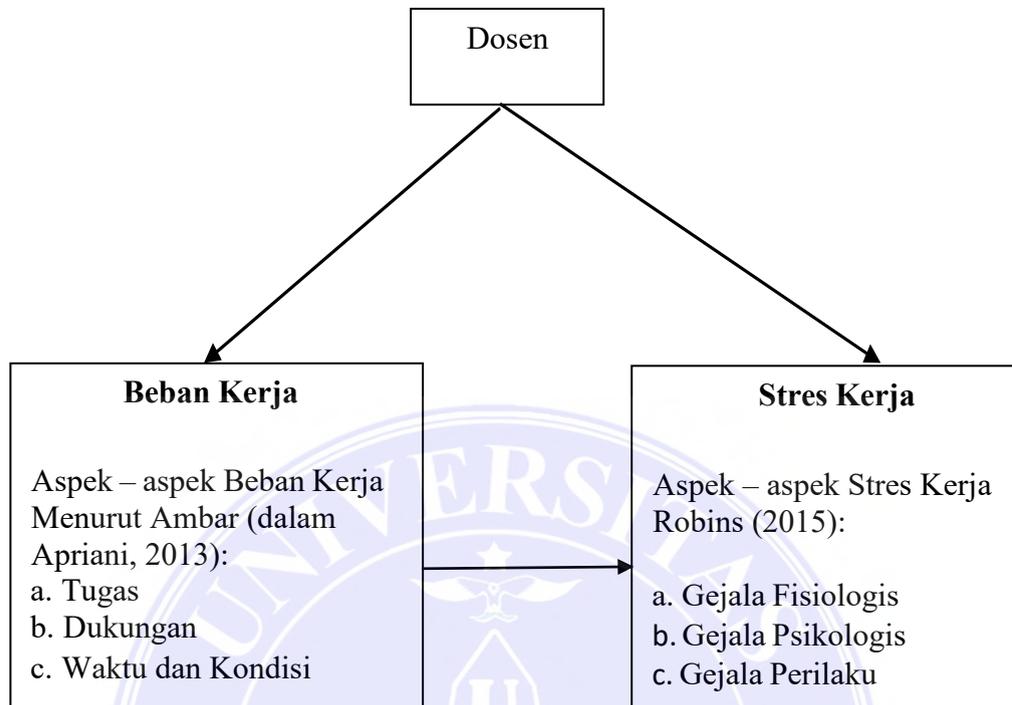
dimana pekerjaan yang terjadi karena pengurangan gerak dapat menimbulkan kebosanan dan rasa monoton. Kebosanan dalam pekerjaan sehari-hari karena tugas yang terlalu sedikit atau pekerjaan menyebabkan menjadi lalai di tempat kerja, sehingga berpotensi membahayakan pekerja (Manuabadalam Martini, 2013).

Beban kerja adalah keadaan dimana pekerja dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu. Banyaknya tugas selalu menjadi penyebab

stres, apabila banyaknya tugas tersebut tidak sebanding dengan kemampuan baik fisik maupun keahlian dan waktu yang tersedia bagi dosen (Hety, 2020). Jika banyaknya tugas yang tidak disertai dengan kemampuan dan waktu yang memadai, maka dapat menjadi penyebab munculnya stres kerja. Beban kerja penting menjadi perhatian untuk mengidentifikasi penyebab stres pada setiap pekerja. Setiap pekerja mempunyai kemampuan yang berbeda dalam menahan stres, hal tersebut tergantung jenis, lama dan frekuensi stres yang dialami pekerja.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan beban kerja dengan stres kerja. Dimana beban kerja yang terlalu berlebihan dapat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental sehingga menimbulkan stres pada dosen ataupun setiap orang yang bekerja. Stres juga dapat diartikan sebagai perasaan tegang yang dialami seseorang serta perasaan dan pikiran seseorang, yang mempengaruhi interaksi seseorang dengan orang lain. Kemampuan seseorang untuk berinteraksi secara positif atau negatif tergantung pada reaksi mereka terhadap lingkungan kerja mereka.

E. Kerangka Konseptual



Gambar. 2.1 Kerangka Konseptual

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian terori yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut. “Terdapat hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja pada Dosen di STIKes Senior Medan.” Dengan asumsi semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi pula stres kerja dan sebaliknya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang menekankan analisa dengan prosedur statistic. Kemudian jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian korelasional, yaitu melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel dengan satu atau beberapa variabel lain (Yusuf, 2014).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari dua, yaitu:

- 1) Variabel bebas (*independent variable*) : beban kerja
- 2) Variabel terikat (*dependent variable*) : stres kerja

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Dalam suatu penelitian, diharapkan pemahaman yang sama buat setiap variabel, sebab itu dibuatlah definisi operasional berasal masing-masing variabel terikat dan variabel bebas. Menurut Azwar (2011) Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini ialah:

1. Beban kerja

Beban kerja adalah sebuah pekerjaan yang melebihi kemampuan dan kapasitas seseorang atau kelompok yang harus diselesaikan dengan target waktu yang sudah ditentukan oleh atasan. Beban kerja diukur menggunakan

skala beban kerja yang berdasarkan aspek-aspek beban kerjameliputi beberapa hal-hal diantaranya adalah aspek tugas-tugas yang harus dikerjakan, aspek dukungan seorang atau sekelompok orang yang mengerjakan tugas-tugas tersebut dan aspek waktu dan kondisi yang digunakan untuk mengerjakan tugas-tugas tersebut. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi beban kerja.

2. Stres kerja

Stress kerja ialah kondisi yang terjadi ditempat kerja menjadi respon individu terhadap tekanan, baik yang berasal dari pekerjaan maupun diluar pekerjaan yang ditandai dengan adanya tanda-tanda fisiologis, psikologis, serta perilaku yang menghambat aktivitas kerjanya. Dalam penelitian ini stres kerja akan diungkapkan menggunakan skala stress kerja pada dosen dengan tanda-tanda yang timbul pada umumnya seperti gejala fisik, psikologis serta perilaku. semakin tinggi skor angket stres kerja maka meningkat juga stres kerja, semakin rendah skor angket sikap stres kerja maka semakin rendah juga tingkat stres kerja.

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2016) Populasi artinya wilayah generalisasi yang terdiri berasal objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan menurut Arikunto (2013), Populasi artinya keseluruhan berasalsubjek penelitian. Hal ini berarti bahwa populasi merupakan seluruh orang yang

mempunyai info yang menjadi fokus penelitian. Adapun populasi pada penelitian ini ialah dosen STIKes Senior Medan yaitu sebanyak 60 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel artinya bagian dari jumlah serta karakteristik yang dimiliki populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Selain itu berdasarkan Arikunto (2013) sampel artinya bagian atau wakil populasi yang diteliti. Arikunto beropini bahwa bila subjek populasi dalam penelitian kurang 100 orang, maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya ialah penelitian populasi, sebagai akibatnya teknik yang digunakan pada menentukan sampel di penelitian ini merupakan Total Sampling (semua dosen yang ada), yaitu keseluruhan dosen yang bekerja di STIKes Senior Medan yang berjumlah 60 dosen. Akibat yang dihasilkan dari sampel ini akan dipergunakan buat keperluan generalisasi terhadap populasi.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Skala Beban Kerja

Beban kerja merupakan sejumlah aktivitas atau tugas yang harus diselesaikan oleh pekerja, skala ini dirancang berdasarkan aspek-aspek beban kerja berdasarkan teori menurut Ambar (dalam Apriani, 2013) antara lain, aspek tugas-tugas yang dikerjakan, aspek dukungan seorang atau sekelompok, aspek waktu dan kondisi.

Skala ini menggunakan pengukuran skala likert yang terdapat dua pernyataan sifat, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* mengandung konsep perilaku atribut pendukung yang akan diukur diberikan empat kontinum, yaitu sangat sesuai (SS) bernilai 4, sesuai (S) sesuai bernilai 3, tidak sesuai (TS) bernilai 2, dan sangat tidak sesuai (STS) bernilai 1.

Sementara item *unfavorable* berisi konsep berperilaku yang bertentangan pada karakter atribut (Azwar, 2012). Item *unfavorable* diberikan empat kontinum, yaitu sangat sesuai (SS) diberi nilai 1, sesuai (S) diberi nilai 2, tidak sesuai (TS) diberi nilai 3, dan sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 4.

2. Skala Stres Kerja

Stres kerja ialah respon individu terhadap stressor, baik yang berasal dari pekerjaan juga di luar pekerjaan yang ditandai oleh adanya aspek fisiologis, psikologis, dan sikap yang merusak aktivitas kerjanya. Skala stres kerja disusun sesuai aspek-aspek stres kerja menurut Robins dan Judge (2015) yaitu aspek fisiologis, aspek psikologis, dan aspek perilaku. Ketiga aspek stres kerja tersebut artinya dasar untuk penyusunan skala stres kerja.

Skala ini menggunakan pengukuran skala likert yang terdapat dua pernyataan sifat, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* mengandung konsep perilaku atribut pendukung yang akan diukur diberikan empat kontinum, yaitu sangat sesuai (SS) bernilai 4, sesuai (S) bernilai 3, tidak sesuai (TS) bernilai 2, dan sangat tidak sesuai (STS) bernilai 1. Sementara item *unfavorable* berisi konsep berperilaku yang bertentangan pada karakter atribut (Azwar, 2012). Item *unfavorable* diberikan empat kontinum, yaitu sangat sesuai (SS) diberi nilai 1, sesuai (S) diberi nilai 2, tidak sesuai (TS) diberi nilai 3, dan sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 4.

Tabel II. Nilai untuk Jawaban Favourable dan Unfavourable

<i>Favourable</i>	Nilai	<i>Unfavourable</i>	Nilai
Sangat Setuju	4	Sangat Setuju	1
Setuju	3	Setuju	2
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	4

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Valid tidaknya suatu alat ukur tergantung pada bisa tidaknya alat ukur tadi mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki menggunakan tepat (Azwar, 2000).

Validitas pada masing-masing skala yang diuji dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi Person Product Moment dengan memanfaatkan program IBM SPSS Statistics 26 for windows dengan koefisien validitas lebih dari 0,3 ($>0,3$).

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur membuktikan derajat konsistensi alat yang bersangkutan, Bila diterapkan beberapa kali pada kesempatan yang tidak sama (Hadi, 2009). Reliabilitas alat ukur yang bisa ditinjau dari koefisien reliabilitas merupakan indikator konsistensi atau alat kepercayaan akibat ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukur (Azwar, 2000).

Uji reliabilitas alat ukur pada penelitian ini memakai pendekatan internal consistency yang hanya memerlukan satu kali penggunaan tes tunggal di sekelompok individu sebagai subjek dengan tujuan melihat konsistensi pada pada tes itu sendiri. Teknik ini mudah, serta berefisiensi tinggi, sehingga hasil penelitian bisa digeneralisasikan pada populasi (Azwar, 2000).

Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas pada skala beban kerja dan skala stress kerja dengan memanfaatkan program IBM SPSS Statistics 26 for windows dengan menggunakan koefisien reliabilitas Alpha Cronbach. Suatu

konstruk dapat dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitasnya adalah lebih dari 0,700 ($> 0,7$).

G. Metode Analisis Data

Analisis data adalah cara yang dipergunakan dalam mengolah data yang dilakukan buat memperoleh suatu kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk mencari korelasi antara beban kerja dengan stres kerja pada dosen STIKes Senior di Medan. Metode analisis statistik yang digunakan merupakan analisis product moment. Data yang dikumpulkan kemudian akan dilakukan analisis statistik dengan memanfaatkan program IBM SPSS Statistic 26 for windows. Peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Yaitu suatu prosedur guna menunjukkan bahwa distribusi data studi merambat sesuai dengan prinsip kurva normal (Nuryadi, dkk., 2017).

Metode menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) berdasarkan $p > 0,05$ dinyatakan normal.

2. Uji Linearitas

Bertujuan guna menunjukkan nilai hubungan antara kedua variable. Melihat apakah variable bebas memiliki hubungan dengan kepuasan kerja. Uji linearitas penelitian ini menggunakan teknik *Pearson Product Moment* kriterianya p beda pada *deviation for linierity* $> 0,05$.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Product Moment*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang positif antara kedua variable, yaitu hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja dosen di STIKes Senior Medan, dimana koefisien korelasi $r_{xy} = 0,448$ yang berarti kedua variable memiliki hubungan yang kuat diketahui bahwa nilai signifikanlinearnya adalah 0,563 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang linear antara beban kerja dengan stres kerja.
2. Semakin tinggi beban kerja yang dilakukan maka semakin tinggi stresskerja. Dengan demikian maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini, dinyatakan diterima..
3. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar Dosen STIKes Senior Medan memiliki tingkat stres kerja yang sedang, hal tersebut dapat dilihat dari jumlah Dosen sebanyak 41 orang mengalami tingkat stres sedang dan persentase sebesar 68,3 % dari keseluruhan dosen pada STIKes Senior Medan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi Dosen STIKes Senior Medan

Bagi Dosen STIKes Senior Medan hendaknya memiliki kerja sama dan menjaga hubungan baik dengan sesama Dosen lain dan selalu mengetahui

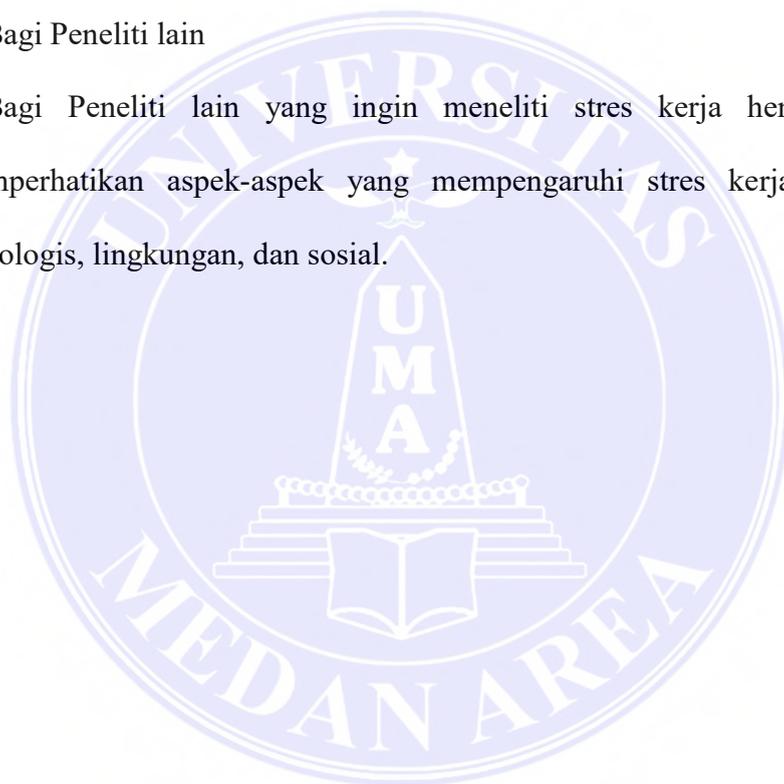
berita terbaru sehingga beban kerja dan stres kerja dapat diatasi dengan baik dengan adanya kerja sama tim.

2. Bagi Pimpinan STIKes Senior Medan

Bagi Pimpinan STIKes Senior Medan disarankan untuk lebih memberikan hak dan kewajiban dalam menjalankan Tri Guna Dharma pendidikan, serta memperhatikan hubungan antara karyawan sehingga beban dan stres kerja karyawan dapat diminimalisir dan tidak mengganggu produktivitas karyawan.

3. Bagi Peneliti lain

Bagi Peneliti lain yang ingin meneliti stres kerja hendaknya turut memperhatikan aspek-aspek yang mempengaruhi stres kerja aspek-aspek psikologis, lingkungan, dan sosial.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu dan Nur Uhbiyati. (2007). Ilmu Pendidikan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Apriani, D. N., & Praningrum. (2013). Analisis Karakteristik Individu, Komitmen, Organisasi Beban Kerja dan Kinerja DosenDinas Pendidikan Nasional Provinsi Bengkulu. *The Manager Review Jurnal Ilmiah Manajemen*. Vol.15(1). 113-130.
- Azwar, S. (2011).Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Beehr, T., & Newman, J. (1999). Psikologi Industri & Organisasi : Dalam Suatu Bidang Gerak Psikolgi Sumber Daya Manusia. Jakarta : Prenadamedia Group. Perilaku Organisasi. Bandung : CV Pustaka Setia
- Cooper, D. R. and Schindler, P. (2003). Metode Penelitian Bisnis. ed. 5, Jakarta: Penerbit Erlangga Dan R & D. Bandung : Eidos
- Dhania, Rama Dhini. (2010). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja, (Studi Pada Medical Representatif Di Kota Kudus). Jurnal Psikologi Universit
- E. M. Pertiwi, H. M. Denny, and B. Widjasena. (2017). "hubungan antara beban kerja mental dengan stres kerja dosen di suatu fakultas," Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip).
- Eka Wulan Sakti. (2015). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Karyawan Administrasi Fakultas di Universitas X. *Skripsi Sarjana Strata*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya Laboratorium Psikologi.
- Handoko, T. Hani. (2010). Manajemen Personalialia & Sumber daya Manusia. BPFE-Yogyakarta.
- Handoyo, Seger. (2001). Stres pada Masyarakat Surabaya. Jurnal Insan Media Psikologi. Subaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Hermita (2011). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Semen Tonasa (Persero) Pangkep.
- Heryanto, Sadjaja. A. (2011). *Panduan Penelitian*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Hety. U. S. (2020). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja. *Psikoborneo*. Vol 8 (2).174-179.

- Jufrizen, J. (2016). Efek Mediasi Kepuasan Kerja Pada Pengaruh Kompensasi Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis*, 17(1), 1– 18.
- Junaidi. (2015). Hubungan Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Dosendi Badan Pemberdayaan Perempuan dan Keluarga Berencana. Sulawesi Tengah: *Jurnal Promotif*. Vol. 4, No. 2: 115, 116, 120.
- Kemdikbud, (2021). “Undang-Undang nomor 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen <<https://p3gtk.kemdikbud.go.id/read-news/undangundang-republik-indonesia-nomor-14-tahun-2005-tentang-guru-dan-dosen>>
- Kusuma, Aster Andriani & Soesatyo, Yoyok. (2014). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dan Dampaknya Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Ilmu Manajemen*. Vol 2. No. 2
- Lubis, H.S, (2006). "Stres Kerja" modul kuliah program ilmu kesehatan masyarakat kekhususan kesehatan kerja.
- Mangkunegara, Anwar Prabu. (2014). *Manajemen Sumber Daya Manusia*, Cetakan kelima Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Manuaba. (2010). *Ergonomi, Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Surabaya : Guna Widya.
- Massie, Rachel et al. (2018). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kantor Pengelola IT Center Manado. *Jurnal Administrasi Bisnis*, Vol. 6, No. 2.
- Mathis, Robert dan Jackson. (2012). *Manajemen Sumber Daya Manusia*, Edisi Pertama. Jakarta: Salemba Empat. Metode Penelitian Jilid I. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Mubariroh. (2013). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja pada Karyawan Produksi di JTV Surabaya. Surabaya. *Skripsi*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Mudayana, Ahmad Ahid. (2012). Hubungan Beban Kerja dengan Kinerja Karyawan di Rumah Sakit Nur Hidayah, Bantul. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*. Vol. 6 No.
- Munandar, Ashar Sunyoto. (2014). *Psikologi Industri Dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia.

- Nawawi, Hadari, (2000). Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Bisnis yang Kompetitif, Gajah Mada University Press, Yogyakarta.
- Nurmalasari. (2012). Kontribusi Hardiness dan Self Efficacy Terhadap Stres Kerja (Studi pada perawat RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten). *Jurnal Psikologi*. Halaman: 47-57
- Nuryadi., Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara. (2017). Dasar-dasar Statistik Penelitian. Yogyakarta: SIBUKU MEDIA.
- Putri B. Mohune, Budi Ratag. (2014). hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada pekerja unit airport rescue and fire fighting di bandar udara international sam ratulangi manado
- Robbins, Stephen P. (2015). Perilaku Organisasi. Edisi 12, Penerbit Salemba Empat, Jakarta.
- Sasono. (2004). Mengelola Stres Kerja, Jurnal Fokus Ekonomi Vol 3 No.2.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif,
- Sunyoto, D. (2018). Teori, Kuesioner, dan Analisis Data Sumber Daya Manusia (Praktik Penelitian). Yogyakarta: CAPS (Center For Academic Publishing Service).
- Suprihanto, John. Dkk. (2003). Perilaku organisasional. Yogyakarta : Sekolah Tinggi ilmu ekonomi, YKPN
- Tarwaka. (2014). Ergonomi Industri : Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomic Dan Aplikasi Ditempat Kerja. Solo : Harapan Press
- Veithzal Rivai, dkk. (2014). Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan Dari Teori Ke Praktik. Depok. PT Rajagrafindo Persada.
- Waluyo, M. (2013). Manejemen Psikologi Industri. Jakarta: Indeks Permata Puri.
- Yusuf, Muri. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP.



BLUE PRINT SKALA BEBAN KERJA

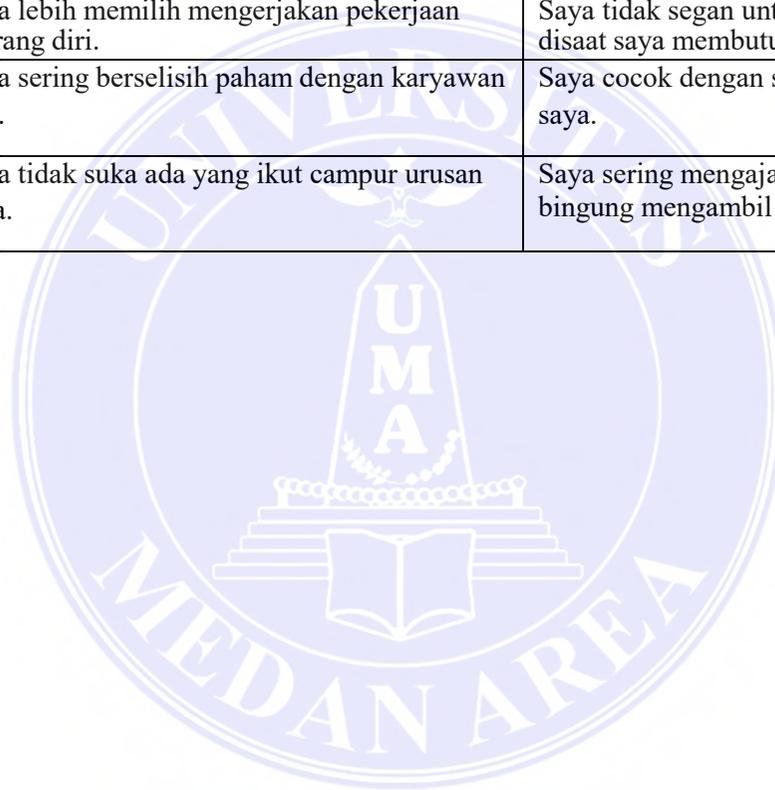
No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Tugas	Disaat bekerja di tempat kerja, kepala terasa berat.	Saya terasa bugar ketika bekerja.	10
		Dada berdetak kencang saat berada diruang kerja.	Tidak ada gejala sesak nafas ketika berada diruang kerja.	
		Ketika membuat laporan badan terasa tanpa tenaga.	Saya kuat mengetik laporan yang memakan waktu lama.	
		Ketika berhadapan dengan atasan terasa tegang dan perut sakit.	Ketika berhadapan dengan atasan terasa tenang.	
		Ketika saya bekerja diawasi oleh atasan, saya tidak tenang.	Saya tetap santai walau diawasi atasan saat bekerja.	
2.	Dukungan	Tersinggung ketika saya dikritik oleh teman kerja.	Saya selalu menerima saran dan kritik dari siapa pun.	10
		Terasa bosan jika setiap hari harus melakukan pekerjaan yang sama.	Saya menikmati apa pun yang saya kerjakan.	
		Badan enggak enak rasanya jika terlalu lama mengerjakan laporan.	Walaupun saya bekerja dalam waktu yang relative lama saya tetap kuat.	
		Konsentrasi saya kacau ketika pekerjaan menumpuk.	Semua pekerjaan saya selesaikan dengan semangat.	

		Banyak pekerjaan yang sering saya tunda.	Saya selalu langsung mengerjakan pekerjaan supaya tidak menumpuk.	
3.	Waktu dan kondisi	Saya sering tidak bekerja tanpa izin.	Saya selalu datang kerja tepat waktu.	10
		Saya sering melamun saat tengah bekerja.	Saya melakukan pekerjaan yang bermanfaat setelah semua pekerjaan selesai.	
		Saya tidak bisa diganggu saat pekerjaan menumpuk.	Saya selalu tampak santai meski banyak masalah pekerjaan.	
		Saya sering terlambat masuk kerja karena kurang bersemangat.	Saya selesaikan dengan cepat meski banyak pekerjaan yang dikerjakan.	
		Saya menghindari dari para senior.	Saya menjalin hubungan baik dengan semua karyawan atau teman kerja.	

BLUE PRINT SKALA STRES KERJA

No	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Fisiologis	Atasan tidak membagi pekerjaan dengan adil.	Semua tugas pekerjaan sudah dibagikan dengan sesuai dan adil.	10
		Visi dan misi perusahaan tidak sesuai harapan saya.	Visi dan misi perusahaan sesuai dengan harapan saya.	
		Saya tidak mau mengeluarkan kemampuan maksimal saya untuk kepentingan perusahaan.	Saya menerima hasil sesuai dengan kerja keras saya.	
		Perusahaan tidak memberi upah sesuai dengan kerja keras saya.	Saya bersemangat untuk mencapai target dari perusahaan.	
		Saya tidak memiliki kesempatan untuk lebih maju dalam pekerjaan saya.	Perusahaan memberikan support untuk berkembang maju.	
2.	Psikologis	Saya sulit menyesuaikan dengan karyawan lain.	Saya mudah akrab dan menyesuaikan dengan karyawan lain.	10
		Hubungan saya kurang baik dengan pekerja lainnya.	Hubungan saya baik dengan pekerja lainnya.	
		Saya menghindari karyawan lain yang membuat saya malas.	Saya selalu berusaha menyelesaikan masalah dan tidak menghindar.	
		Saya tidak menyerah dengan pendapat saya dari karyawan lain.	Saya selalu mencoba memahami pendapat karyawan lainnya.	
		Saya lebih banyak tidak cocok dengan senior.	Mudah menyelesaikan diri dengan karyawan lainnya.	

3.	Perilaku	Lingkungan dan suasana kantor membuat kurang nyaman.	Suasana di tempat kerja nyaman.	10
		Kurang suka dengan seseorang yang tidak bisa membedakan urusan pribadi dan pekerjaan.	Saya tidak masalah dengan kepribadian karyawan lain.	
		Saya lebih memilih mengerjakan pekerjaan seorang diri.	Saya tidak segan untuk meminta bantuan disaat saya membutuhkan.	
		Saya sering berselisih paham dengan karyawan lain.	Saya cocok dengan semua karyawan di kantor saya.	
		Saya tidak suka ada yang ikut campur urusan saya.	Saya sering mengajak diskusi disaat saya bingung mengambil keputusan.	



SKALA A

Silahkan diisi dengan jawaban yang sebenarnya, data dan identitas saudara bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian semata.

Nama Inisial :
 Jenis Kelamin :
 Umur :

PETUNJUK MENERJAKAN

1. Bacalah pernyataan-pernyataan pada skalaini dengan seksama.
2. Pilihlah salah satu dari kalimat alternative jawaban yang tersedia yang paling sesuai dengan diri anda sendiri, dengan memberikan tanda (X).
 SS : bila pernyataan tersebut Sangat Setuju dengan diri anda
 S : bila pernyataan tersebut Setuju dengan diri anda
 TS : bila pernyataan tersebut Tidak Setuju dengan diri anda
 STS : bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Setuju dengan diri anda

SS	S	TS	STS
----	--------------	----	-----

3. Apabila ingin merubah jawaban anda, berikan tanda (~~X~~) pada tanda silang yang telah anda pilih kemudian buatlah tanda (X) baru yang anda kehendaki.

Contoh:

SS	S	TS	STS
----	--------------	----	----------------

4. Jawablah secara jujur dan serius, tidak ada jawaban yang salah dan semua jawaban benar asal sesuai dengan diri anda.
5. Jika sudah selesai periksa kembali jawaban anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
6. Atas partisipasi anda saya ucapkan terimakasih banyak.

SELAMAT MENERJAKAN

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Disaat bekerja di tempat kerja, kepala terasa berat.	SS	S	TS	STS
2	Saya selalu menerima saran dan kritik dari siapa pun.	SS	S	TS	STS
3	Saya sering tidak bekerja tanpa izin.	SS	S	TS	STS
4	Saya terasa bugar ketika bekerja.	SS	S	TS	STS
5	Tersinggung ketika saya dikritik oleh teman kerja.	SS	S	TS	STS
6	Saya selalu datang kerja tepat waktu.	SS	S	TS	STS
7	Dada berdetak kencang saat berada diruang kerja.	SS	S	TS	STS
8	Saya menikmati apa pun yang saya kerjakan.	SS	S	TS	STS
9	Saya sering melamun saat tengah bekerja.	SS	S	TS	STS
10	Tidak ada gejala sesak nafas ketika berada diruang kerja.	SS	S	TS	STS
11	Terasa bosan jika setiap hari harus melakukan pekerjaan yang sama.	SS	S	TS	STS
12	Saya melakukan pekerjaan yang bermanfaat setelah semua pekerjaan selesai.	SS	S	TS	STS
13	Ketika membuat laporan badan terasa tanpa tenaga.	SS	S	TS	STS
14	Walaupun saya bekerja dalam waktu yang relatif lama saya tetap kuat.	SS	S	TS	STS
15	Saya tidak bisa diganggu saat pekerjaan menumpuk.	SS	S	TS	STS
16	Saya kuat mengetik laporan yang memakan waktu lama.	SS	S	TS	STS
17	Badan enggak enak rasanya jika terlalu lama mengerjakan laporan.	SS	S	TS	STS
18	Saya selalu tampak santai meski banyak masalah pekerjaan.	SS	S	TS	STS
19	Ketika berhadapan dengan atasan terasa tegang dan perut sakit.	SS	S	TS	STS
20	Semua pekerjaan saya selesaikan dengan semangat.	SS	S	TS	STS
21	Saya sering terlambat masuk kerja karena kurang bersemangat.	SS	S	TS	STS
22	Ketika berhadapan dengan atasan terasa tenang.	SS	S	TS	STS
23	Konsentrasi saya kacau ketika pekerjaan menumpuk.	SS	S	TS	STS
24	Saya selesaikan dengan cepat meski banyak pekerjaan yang dikerjakan.	SS	S	TS	STS
25	Ketika saya bekerja diawasi oleh atasan, saya tidak tenang.	SS	S	TS	STS
26	Saya selalu langsung mengerjakan pekerjaan supaya tidak menumpuk.	SS	S	TS	STS
27	Saya menghindari dari para senior.	SS	S	TS	STS
28	Saya tetap santai walau diawasi atasan saat bekerja.	SS	S	TS	STS
29	Banyak pekerjaan yang sering saya tunda.	SS	S	TS	STS
30	Saya menjalin hubungan baik dengan semua karyawan atau teman kerja.	SS	S	TS	STS

SKALA B

Silahkan diisi dengan jawaban yang sebenarnya, data dan identitas saudara bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian semata.

Nama Inisial :
 Jenis Kelamin :
 Umur :

PETUNJUK MENERJAKAN

1. Bacalah pernyataan-pernyataan pada skalaini dengan seksama.
2. Pilihlah salah satu dari kalimat alternative jawaban yang tersedia yang paling sesuai dengan diri anda sendiri, dengan memberikan tanda (X).

SS : bila pernyataan tersebut Sangat Setuju dengan diri anda

S : bila pernyataan tersebut Setuju dengan diri anda

TS : bila pernyataan tersebut Tidak Setuju dengan diri anda

STS : bila pernyataan tersebut Sangat Tidak Setuju dengan diri anda

SS	S	TS	STS
----	--------------	----	-----

3. Apabila inging merubah jawaban anda, berikan tanda (X) pada tanda silang yang telah anda pilih kemudian buatlah tanda (X) baru yang anda kehendaki.

Contoh:

SS	S	TS	STS
----	--------------	----	----------------

4. Jawablah secara jujur dan serius, tidak ada jawaban yang salah dan semua jawaban benar asal sesuai dengan diri anda.
5. Jika sudah selesai periksa kembali jawaban anda, jangan sampai ada pernyataan yang terlewatkan.
6. Atas partisipasi anda saya ucapkan terimakasih banyak.

SELAMAT MENERJAKAN

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Atasan tidak membagi pekerjaan dengan adil.	SS	S	TS	STS
2	Saya mudah akrab dan menyesuaikan dengan karyawan lain.	SS	S	TS	STS
3	Lingkungan dan suasana kantor membuat kurang nyaman.	SS	S	TS	STS
4	Semua tugas pekerjaan sudah dibagikan dengan sesuai dan adil.	SS	S	TS	STS
5	Saya sulit menyesuaikan dengan karyawan lain.	SS	S	TS	STS
6	Suasana di tempat kerja nyaman.	SS	S	TS	STS
7	Visi dan misi perusahaan tidak sesuai harapan saya.	SS	S	TS	STS
8	Hubungan saya baik dengan pekerja lainnya.	SS	S	TS	STS
9	Kurang suka dengan seseorang yang tidak bisa membedakan urusan pribadi dan pekerjaan.	SS	S	TS	STS
10	Visi dan misi perusahaan sesuai dengan harapan saya.	SS	S	TS	STS
11	Hubungan saya kurang baik dengan pekerja lainnya.	SS	S	TS	STS
12	Saya tidak masalah dengan kepribadian karyawan lain.	SS	S	TS	STS
13	Saya tidak mau mengeluarkan kemampuan maksimal saya untuk kepentingan perusahaan.	SS	S	TS	STS
14	Saya selalu berusaha menyelesaikan masalah dan tidak menghindar.	SS	S	TS	STS
15	Saya lebih memilih mengerjakan pekerjaan seorang diri.	SS	S	TS	STS
16	Saya menerima hasil sesuai dengan kerja keras saya.	SS	S	TS	STS
17	Saya menghindari karyawan lain yang membuat saya malas.	SS	S	TS	STS
18	Saya tidak segan untuk meminta bantuan disaat saya membutuhkan.	SS	S	TS	STS
19	Perusahaan tidak memberi upah sesuai dengan kerja keras saya.	SS	S	TS	STS
20	Saya selalu mencoba memahami pendapat karyawan lainnya.	SS	S	TS	STS
21	Saya sering berselisih paham dengan karyawan lain.	SS	S	TS	STS
22	Saya bersemangat untuk mencapai target dari perusahaan.	SS	S	TS	STS
23	Saya tidak menyerah dengan pendapat saya dari karyawan lain.	SS	S	TS	STS
24	Saya cocok dengan semua karyawan di kantor saya.	SS	S	TS	STS
25	Saya tidak memiliki kesempatan untuk lebih maju dalam pekerjaan saya.	SS	S	TS	STS
26	Mudah menyelesaikan diri dengan karyawan lainnya.	SS	S	TS	STS
27	Saya tidak suka ada yang ikut campur urusan saya.	SS	S	TS	STS
28	Perusahaan memberikan support untuk berkembang maju.	SS	S	TS	STS
29	Saya lebih banyak tidak cocok dengan senior.	SS	S	TS	STS
30	Saya sering mengajak diskusi disaat saya bingung mengambil keputusan.	SS	S	TS	STS

Rekapitulasi Data Kuesioner Beban Kerja

Responden	Butir Pertanyaan																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	3	3	3	2	4	3	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	
2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
4	4	3	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	
5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
6	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
7	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
8	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
9	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
10	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	
11	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	
12	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	
13	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	
14	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	
15	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
16	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	
17	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	1	3	2	2	3	
18	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	
19	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	
20	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	4	3	3	3	3	2	2	1	4	3	3	3	1	4	3	3	3	
21	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	
22	3	3	1	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	
23	4	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	
24	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	1	3	
25	3	4	3	3	4	3	4	1	3	4	4	4	3	3	3	1	3	4	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3

Responden	Butir Pertanyaan																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
26	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
27	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	4	3	1	3	3	4
28	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3
30	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	
31	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3
32	2	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	
33	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
35	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
36	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3	3	2	4	1	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2
37	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
38	4	2	2	4	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	2	4	3	3	2	2
39	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3
40	3	2	1	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3
41	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
42	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
44	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
48	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3
49	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
50	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

Responden	Butir Pertanyaan																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
52	3	4	2	4	3	4	3	1	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
54	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
55	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	
56	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
57	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	
58	3	2	1	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	
59	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
60	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	



Rekapitulasi Data Kuesioner Stress Kerja

Responden	Butir Pertanyaan																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	3	3	3	2	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	4	4	
2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
4	4	3	2	2	4	3	4	4	2	2	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	
5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	
6	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	
7	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	
8	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2
9	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	
10	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	
11	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	
12	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	
13	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	
14	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	2	2	
15	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	
16	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	
17	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	1	3	2	2	3	1	3	2	2	3	2	3	
18	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	
19	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	
20	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	4	3	3	3	1	4	3	3	3	1	4	3	3	3	3	2	
21	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	
22	3	3	1	4	3	4	3	3	1	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	
23	4	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	
24	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	1	3	3	3	4	1	3	3	3	
25	3	4	3	3	4	3	4	1	3	3	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	4	4	

Responden	Butir Pertanyaan																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
26	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
27	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	1	3	3	4	3	1	3	3	4	3	1	3	3	4	3	4
28	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	4	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3
30	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3
31	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4
32	2	3	1	3	3	3	4	4	1	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
33	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
35	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
36	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	1
37	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
38	4	2	2	4	2	2	2	3	2	4	2	2	2	4	3	3	2	2	4	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2
39	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3
40	3	2	1	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3
41	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
42	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
44	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3
49	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1
50	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

Responden	Butir Pertanyaan																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
52	3	4	2	4	3	4	3	1	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
54	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
55	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
56	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
57	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4
58	3	2	1	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
59	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
60	3	3	2	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4



Item-Total Statistics Beban Kerja

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	85.2667	80.572	.544	.900
VAR00003	85.0500	82.658	.498	.901
VAR00004	85.2500	90.835	-.203	.914
VAR00005	84.9667	86.338	.170	.907
VAR00006	85.0500	81.099	.613	.899
VAR00007	84.9167	85.400	.386	.903
VAR00008	84.9500	81.472	.633	.899
VAR00009	84.9833	86.084	.167	.907
VAR00010	84.9667	84.948	.420	.902
VAR00011	84.9167	81.773	.641	.899
VAR00012	85.0500	81.099	.613	.899
VAR00013	84.9500	81.472	.633	.899
VAR00014	85.2667	80.572	.544	.900
VAR00015	84.9000	84.329	.354	.903
VAR00016	84.9667	84.948	.420	.902
VAR00017	85.2167	79.766	.666	.898
VAR00018	84.9167	85.400	.386	.903
VAR00019	84.9167	81.773	.641	.899
VAR00020	85.0500	81.099	.613	.899
VAR00021	84.9500	81.472	.633	.899
VAR00022	85.2667	80.572	.544	.900
VAR00023	84.9000	84.329	.354	.903
VAR00024	84.9667	84.948	.420	.902
VAR00025	85.2167	79.766	.666	.898
VAR00026	84.9167	85.400	.386	.903
VAR00027	85.2667	80.572	.544	.900
VAR00028	84.9000	84.329	.354	.903
VAR00029	84.9667	84.948	.420	.902
VAR00030	85.2167	79.766	.666	.898
VAR00031	84.9167	85.400	.386	.903

Item-Total Statistics stres Kerja

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	84.7333	98.843	.535	.924
VAR00003	85.0500	96.116	.589	.923
VAR00004	84.6833	99.576	.463	.925
VAR00005	84.7500	101.377	.437	.925
VAR00006	85.0000	95.322	.708	.921
VAR00007	84.7000	102.078	.379	.925
VAR00008	85.0500	96.116	.589	.923
VAR00009	84.6833	99.576	.463	.925
VAR00010	84.7500	101.377	.437	.925
VAR00011	85.0000	95.322	.708	.921
VAR00012	84.7000	102.078	.379	.925
VAR00013	85.0500	96.116	.589	.923
VAR00014	84.6833	99.576	.463	.925
VAR00015	84.7500	101.377	.437	.925
VAR00016	85.0000	95.322	.708	.921
VAR00017	84.7000	102.078	.379	.925
VAR00018	84.7000	98.417	.607	.923
VAR00019	84.8333	98.955	.481	.924
VAR00020	84.8333	98.955	.481	.924
VAR00021	84.7333	98.843	.535	.924
VAR00022	85.0500	96.116	.589	.923
VAR00023	84.6833	99.576	.463	.925
VAR00024	84.7500	101.377	.437	.925
VAR00025	85.0000	95.322	.708	.921
VAR00026	84.7000	102.078	.379	.925
VAR00027	85.0500	96.116	.589	.923
VAR00028	84.6833	99.576	.463	.925
VAR00029	84.7500	101.377	.437	.925
VAR00030	85.0000	95.322	.708	.921
VAR00031	84.7000	102.078	.379	.925

Hasil Uji Validitas Beban Kerja

	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
Item 1	.544	Valid
Item 2	.498	Valid
Item 3	-.203	Tidak Valid
Item 4	.170	Tidak Valid
Item 5	.613	Tidak Valid
Item 6	.386	Valid
Item 7	.633	Tidak Valid
Item 8	.167	Tidak Valid
Item 9	.420	Valid
Item 10	.641	Tidak Valid
Item 11	.613	Tidak Valid
Item 12	.633	Tidak Valid
Item 13	.544	Valid
Item 14	.354	Valid
Item 15	.420	Valid
Item 16	.666	Tidak Valid
Item 17	.386	Valid
Item 18	.641	Tidak Valid
Item 19	.613	Tidak Valid
Item 20	.633	Tidak Valid
Item 21	.544	Valid
Item 22	.354	Valid
Item 23	.420	Valid
Item 24	.666	Tidak Valid
Item 25	.386	Valid
Item 26	.544	Valid
Item 27	.354	Valid
Item 28	.420	Valid
Item 29	.666	Tidak Valid
Item 30	.386	Valid

Sumber: Data diolah oleh penulis, SPSS 26

Hasil Uji Validitas Stres Kerja

	Corrected Item-Total Correlation	Keterangan
Item 1	.535	Valid
Item 2	.589	Tidak Valid
Item 3	.463	Valid
Item 4	.437	Valid
Item 5	.708	Tidak Valid
Item 6	.379	Valid
Item 7	.589	Tidak Valid
Item 8	.463	Valid
Item 9	.437	Valid
Item 10	.708	Tidak Valid
Item 11	.379	Valid
Item 12	.589	Tidak Valid
Item 13	.463	Valid
Item 14	.437	Valid
Item 15	.708	Tidak Valid
Item 16	.379	Valid
Item 17	.607	Tidak Valid
Item 18	.481	Valid
Item 19	.481	Valid
Item 20	.535	Valid
Item 21	.589	Tidak Valid
Item 22	.463	Valid
Item 23	.437	Valid
Item 24	.708	Tidak Valid
Item 25	.379	Valid
Item 26	.589	Valid
Item 27	.463	Valid
Item 28	.437	Valid
Item 29	.708	Tidak Valid
Item 30	.379	Valid

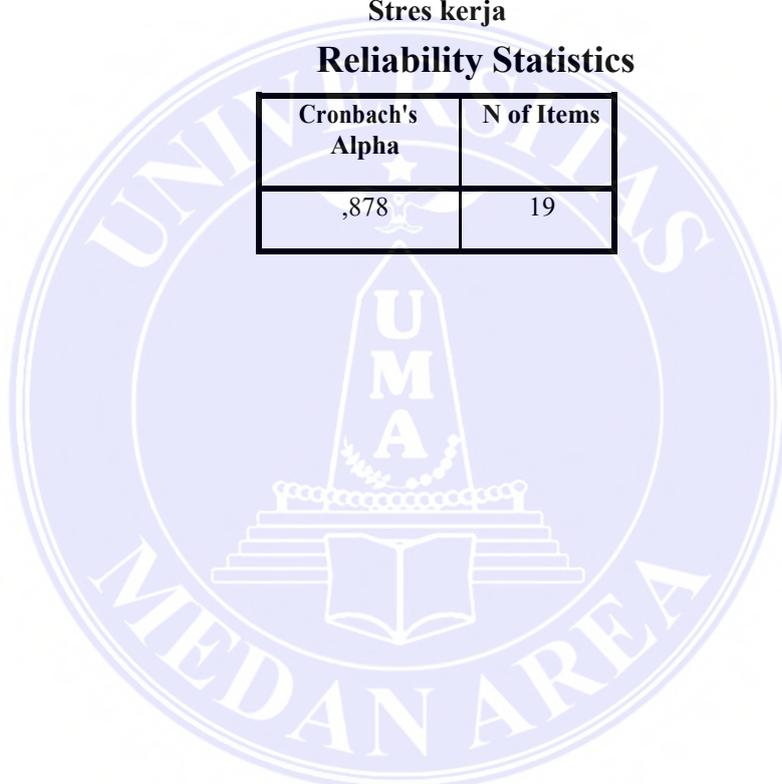
Sumber: Data diolah oleh penulis, SPSS 26

Beban kerja
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,919	16

Stres kerja
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,878	19



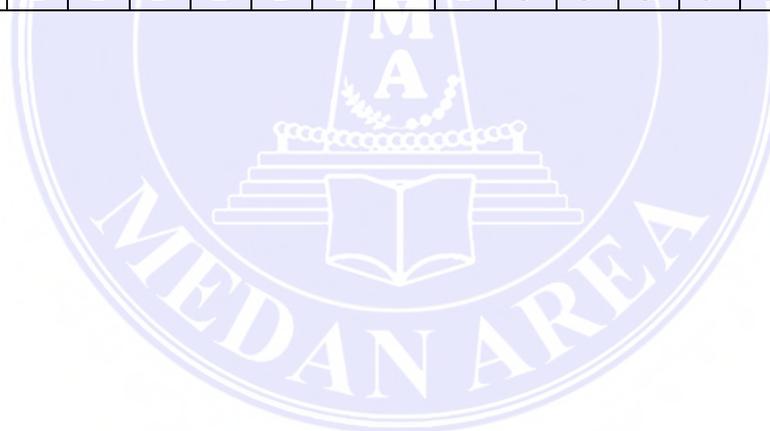


Rekapitulasi Data Kuesioner Beban Kerja setelah uji coba

Responden	Butir Pertanyaan																Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
1	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	41
2	2	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	36
3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	39
4	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	37
5	3	3	2	4	1	1	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	37
6	2	4	4	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	4	39
7	3	2	2	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	42
8	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	38
9	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	39
10	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	36
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	1	45
12	2	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	36
13	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	42
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	33
15	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	41
16	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	30
17	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	4	2	2	2	4	34
18	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	51
19	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	36
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
21	3	3	3	3	1	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	45
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	39

23	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	51
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
25	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
26	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	41
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	42
28	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	50
29	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	42
30	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	41
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	46
32	4	4	4	1	3	1	2	2	4	4	2	2	2	2	2	40
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	45
34	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
37	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
39	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	47
40	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	40
41	3	3	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	33
42	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	52
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	51
44	3	4	4	4	4	2	1	1	1	4	4	3	3	3	2	46
45	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	33
46	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	44
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47

48	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	36
49	2	2	3	3	3	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	42
50	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	38
51	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	37
52	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	39
53	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46
54	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
55	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	50
56	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	4	2	2	4	41
57	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	33
58	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	31
59	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	41
60	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	40

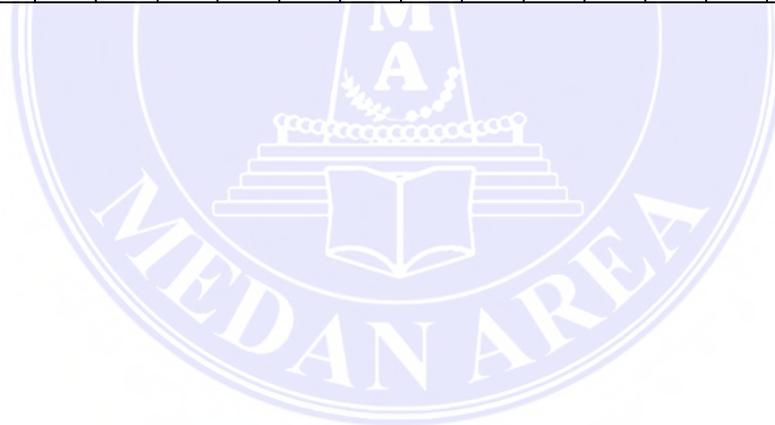


Rekapitulasi Data Kuesioner Stres Kerja setelah uji coba

Responden	Butir Pertanyaan																			Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	3	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	46
2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	49
3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	52
4	3	3	2	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	51
5	1	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42
6	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	49
7	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	43
8	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	51
9	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	48
10	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46
11	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	4	52
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	53
13	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	58
14	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	2	48
15	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	58
16	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43
17	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
18	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	40
19	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	48
20	1	3	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
21	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	49
22	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	53

23	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	47
24	4	3	2	3	4	3	2	2	2	2	4	3	3	4	2	2	2	2	2	53
25	2	4	3	3	3	3	3	3	1	1	1	4	4	3	3	3	3	3	3	52
26	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	50
27	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	50
28	3	3	4	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
29	3	2	3	2	2	4	4	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	52
30	4	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51
31	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	44
32	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
33	3	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	4	4	4	4	3	3	3	54
34	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
35	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	52
36	3	2	1	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	4	4	4	2	46
37	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	44
39	2	3	4	4	2	4	2	4	1	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	49
40	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	3	4	1	1	46
41	2	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	49
42	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
43	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	55
44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
45	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	3	3	3	47
46	2	3	1	2	2	2	4	1	1	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	42
47	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	2	1	3	3	50

48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	50
49	4	4	2	1	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	51
50	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	45
51	2	2	4	2	2	4	1	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	48
52	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	4	2	2	2	2	2	46
53	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	49
54	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	42
55	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	47
56	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	45
57	2	4	2	2	4	4	2	2	2	2	2	4	1	1	3	3	3	3	3	47
58	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	51
59	3	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46
60	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	44





One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		BebanKerja	StresKerja
N		60	60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	43.48	44.55
	Std. Deviation	5.395	7.151
Most Extreme Differences	Absolute	.088	.063
	Positive	.088	.063
	Negative	-.072	-.042
Test Statistic		.088	.063
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.





Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
StresKerja *BebanKerja	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

Report

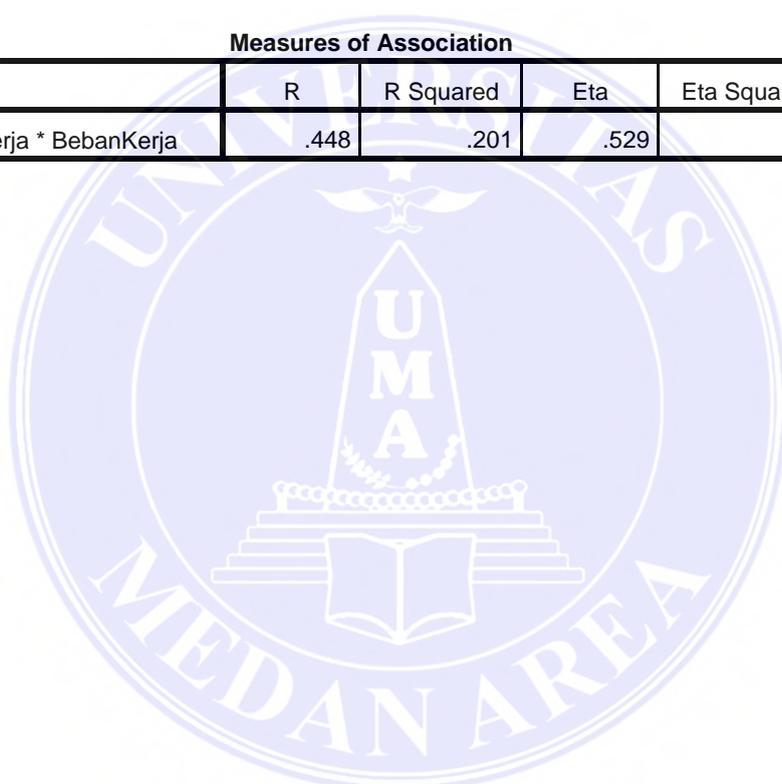
StresKerja			
BebanKerja	Mean	N	Std. Deviation
30	43.00	1	.
31	51.00	1	.
32	46.50	4	5.260
33	47.75	4	.957
34	59.00	1	.
36	48.86	7	3.185
37	47.00	3	4.583
38	48.00	2	4.243
39	49.60	5	2.881
40	48.67	3	6.429
41	49.33	6	4.885
42	50.80	5	5.357
44	42.00	1	.
45	51.67	3	2.517
46	47.00	4	8.042
47	51.00	4	1.826
50	53.00	2	8.485
51	47.33	3	7.506
52	44.00	1	.
Total	48.90	60	4.747

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
StresKerja * BebanKerja Between (Combined) Groups	371.460	18	20.637	.883	.600
Linearity	8.168	1	8.168	.350	.558
Deviation from Linearity	363.291	17	21.370	.915	.563
Within Groups	957.940	41	23.364		
Total	1329.400	59			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
StresKerja * BebanKerja	.448	.201	.529	.279



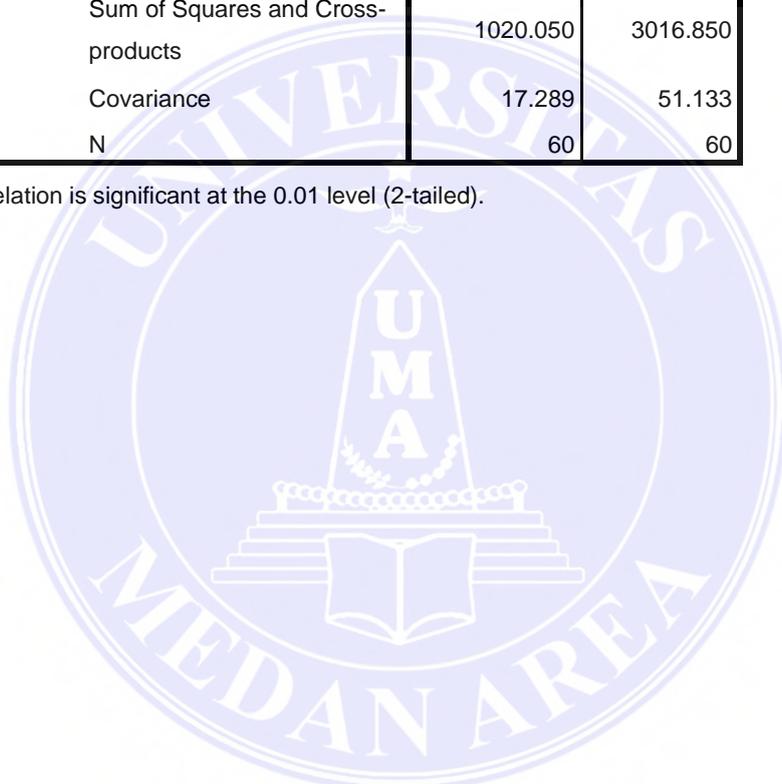


UJI HIPOTESIS

Correlations

		BebanKerja	StresKerja
BebanKerja	Pearson Correlation	1	.448**
	Sig. (2-tailed)		.000
	Sum of Squares and Cross-products	1716.983	1020.050
	Covariance	29.101	17.289
	N	60	60
StresKerja	Pearson Correlation	.448**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	1020.050	3016.850
	Covariance	17.289	51.133
	N	60	60

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).





Nomor : L244/PPSI/01.10/IX/2022
 Lampiran :
 Hal : Riset dan Pengambilan Data

6 September 2022

Yth. Bapak/Ibu Pimpinan
 Stikes Senior Medan
 di
 Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Agustinus Simanullang
 NPM : 180600145
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Stikes Senior Medan, Jl. Jamin Ginting KM. 8,5 No. 13 Medan Sumatera Utara guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Dosen Di Stikes Senior Medan*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

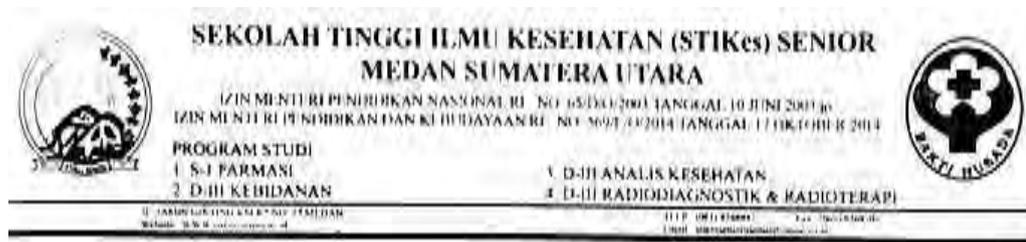
An. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat



Yth. Alifia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
 - Mahasiswa Ybs
 - Arsip





Medan, 30 September 2022

Nomor: 422.564/S.TIKes-Senior/X/2022
 Hal: **Persetujuan Izin Riset dan Pengambilan Data**
 Lamp: 1

Yth. Bapak/Ibu Pimpinan
 Universitas Medan Area
 di
 Tempat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini ketua STIKes Senior Medan:

Nama: **Herlina Simanjuntak, SST., M.Kes**
 Jabatan: **Ketua STIKes Senior Medan**

Berdasarkan surat Universitas Medan Area Nomor: 1244/PPN/01.10/IX/2022 tentang "Riset Dan Pengambilan Data" pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Senior Medan, dengan ini memberikan izin kepada

Nama: **Agustinus Manullang**
 NPM: 188600145
 Program Studi: **Ilmu Psikologi**
 Fakultas: **Psikologi**

Untuk Melaksanakan Riset dan Pengambilan Data Untuk keperluan penyusunan Skripsi yang sebagai salah satu syarat untuk mengikuti ujian sarjana psikologi di Universitas Medan Area

Derrukan surat ini kami sampaikan dan dipergunakan seperlunya. Terimakasih

STIKes Senior Medan

 Herlina Simanjuntak, SST., M.Kes