

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman N, 2005, *Life is Beautiful. Hidup Tanpa Tekanan Stres*, Jakarta, Pena Pundi Aksara.
- Afnita S, 2004, *Perbedaan perilaku asertif ditinjau dari tipe kepribadian pada Perawat Di Rumah Sakit Haji Medan*, Skripsi (tidak diterbitkan), Medan : Fakultas Psikologi UMA.
- Amru Hasan AB, 2005, *Tips Mengenal Perilaku Negatif*, Jakarta, Khalifa.
- Anoraga P, 1992, *Psikologi Kerja*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Anoraga P, Widiyanti, 1993, *Psikologi Dalam Perusahaan*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Anoraga P, Suyati S, 1995, *Psikologi Industri Dan Organisasi*, Jakarta, Pustaka Jaya.
- Arikunto S, 1997, *Prosedur Penelitian*, Jakarta Rineka Cipta.
- Arikunto S, 1996, *Manajemen Penelitian*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Asbowati, 1996, *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Semangat Kerja Karyawan PT Perkebunan V Sei Karang Medan*, Skripsi (tidak diterbitkan) Medan, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Azwar S, 1992, *Reliabilitas dan Validitas*, Yogyakarta, Sigma Alpha.
- Darmawati, 2004, *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Komunikasi Karyawan PT Angkasa Pura II, Medan*, Skripsi (tidak diterbitkan) Medan, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Skripsi (tidak diterbitkan), Medan, Fakultas Psikologi Universitas Medan area.

D, Hawari, 2004, *Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi*, Jakarta, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Davis, K and Newstrom, J.W 1989, *Perilaku Dalam Organisasi*, Jakarta, Erlangga.

D.Merak, K.K, 2004, *Perbedaan Tingkat Stres Kerja Antara Pria Dan Wanita Bagian Pemasaran Di Asuransi Jiwa Bersama Bumi Putra 1992 Binjai*,  
Skripsi (tidak diterbitkan), Medan, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Digunarsa, S, 1995, *Psikologi Perawat*, Jakarta, PT Badan Pemeriksa Keuangan, Gunung Mulia.

Erita . Y. D, 2001, *Kontribusi Stres Terhadap Produktifitas Kerja*, Anima Indonesia Psychology Journal, Vol 16, No.4

Fensterheim. H dan Bear. J, 1980, *Jangan Bilang 'Ya' Bila Anda Mengatakan "Tidak"*, Jakarta, Gunung Jati.

Fraser, TM, 1985, *Stres Dan Kepuasan Kerja*, Jakarta, PT. Pustaka Binaman Pressindo.

Fukuyama And Greenfield, 1993, *Dimension of Assertiveness in an Asian American Student Population*, Journal of Counselling Psychology, Vol 30 No 3, 429-423.

- Gibson , J.L, Ivansevich, JM dan Donely, JH, 1990, *Organisasi dan Manajemen*, Jakarta, Erlangga.
- Goble F.G, 1987, Mazhab ketiga, *Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, Yogyakarta, Kanisius.
- Goldman, P.A., 1991, *Stres, Menangkal Meraih Sukses*, Jakarta, Fikahati Aneska.
- Hadi S, 1991, *Metodologi Research*, Yogyakarta, Yayasan Penerbit Fakultas Gajah Mada.
- Hadjam, M.N.R, 1998, *Perbedaan Locus of Control Antara Mahasiswa Swasta dan Negeri*, Inti sari Skripsi (tidak diterbitkan), Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Handoko H, 1995, *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia* Yogyakarta, Liberty.
- \_\_\_\_\_, 1991, *Statistik 2*, Yogyakarta, Yayasan Penerbit Fakultas Gajah Mada.
- Ivancevich and Mattenson, 1987, *Fundamental of Management 5 Edition Busines Publication*. Inc. Plano Texan.
- Kompas, 2000, *Hidup Sehat Bagi Eksekutif*, Jakarta: Buku Kompas.
- Lazarus, R.S, 1985, *Pattern of Adjusment And Mental Health*, Tokyo: Mac Graw Hill Kogusha.

Mahsun, 2004, *Bersahabat Dengan Stres*, Yogyakarta, Prisma Media.

\_\_\_\_\_, 2003, *Stres Orangtua Derita Anak*, Jakarta: Majalah Ummi, No. 31 XV  
Hlm. 10-17.

Margareth, P, Norma Reid dkk, 2005, *Hidup Sukses Tanpa Stres*, Yoyakarta,  
Prisma Sophie.

Martaniah S.M 1991, *Di dalam Suntingan Bagi Kartini Indonesia*, Yoyakarta,  
Dian Arca.

Munandar A .S, 2001, *Psikologi Industri Dan Organisasi*, Jakarta, Universitas  
Indonesia.

Myers and Myers, 1992, *Industrial Psychology*, New york Prentice Hall. Inc.

Proklamasi No. 173 *Paling Enak Bersikap Asertif*, Edisi 6-13 Mei 2004.

Rakos,R.F, 1990, *Asertive Behavior, Therapy, Rsearch and Training*, New York:  
Mc Gram Hill Book Company International.

Robbins .S .P , 1991, *Organizational Behavior Concept Controversies and  
Application*, New Jersey: Prentice Hall Internatinao Edition.

Salz, 1995, *Industri Educational*, Jakarta, Balai Aksara.

Selye H, 1981, *Stres Dalam Kehidupan Kita*, Jakarta, Pusdiklat Depkes RI Dan  
Japan International Cooperation Agency (JICA).

Scott G UNIVERSITAS MEDAN AREA Grasindo.

Siagian S.P, 2002, *Kiat Meningkatkan Produktivitas Kerja*, Jakarta, Rineka Cipta.

Shaevitz, M, 1989, *Wanita Super*, Yogyakarta, Kanisius.

Suryabrata S, 1985, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta, Grafikatama Offset.

Thoha M, 2003, *Perilaku Organisasi*, Jakarta, Raja Grafindo Persada.

Wahyuni .S, 2004, *Hubungan Antara Persepsi Karyawan Terhadap Pengambilan Keputusan Pimpinan Dengan Stres Kerja Karyawan Di PT Putra Arezda Purnama .Skripsi* (tidak diterbitkan), Medan ,Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Weekes Claire, 2003, *Mengatasi Stres* , Jakarta, Kanisius.

[www.google.com](http://www.google.com), 12 Januari 2006.

[www. Mail- archive.com](http://www.mail-archive.com) 12 Januari 2006.

Yani R A, 2003, *Hubungan Antara Pengendalian Emosi Dasar Negatif Dengan Komunikasi Terapeutik Pada Perawat*, *Skripsi* (tidak diterbitkan), Medan, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

Dengan hormat,

Ditengah-tengah kesibukan Bapak saat ini,perkenankanlah penulis mohon bantuan Bapak untuk meluangkan waktunya guna mengisi daftar pernyataan (skala) yang penulis lampirkan.

Penelitian ini dilakukan semata-mata demi kepentingan tujuan ilmiah dan pendidikan, yaitu dalam rangka memenuhi tugas akhir skripsi penulis di Fakultas Psikologi UMA Medan. Oleh sebab itu guna keberhasilan penelitian ini, penulis sangat mengharapkan partisipasi dan kesungguhan Bapak didalam menjawab setiap pernyataan yang disajikan, sesuai dengan apa yang Bapak rasakan.

Bapak tidak perlu merasa cemas ataupun ragu-ragu dalam mengisi segala identitas diri, karena penulis menjaga kerahasiaan dan identitas diri bapak, serta tidak akan dipergunakan selain untuk keperluan penelitian ini.

Tiap jawaban yang Bapak berikan merupakan bantuan yang tidak ternilai bagi penulis, atas segala pengorbanan waktu, tenaga serta kerjasama yang baik, penulis mengucapkan banyak terima kasih.

Medan, 29 Oktober 2007

Hormat saya,

Peneliti

## I. DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut sesuai dengan keadaan diri anda:

1. Nama (inisial) :
2. Usia :
3. Lama bekerja :
4. Pendidikan :

## II. Petunjuk Pengisian Skala

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan kedalam bentuk skala. Anda diminta untuk memberikan pendapat terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala tersebut dengan cara memilih salah satu pernyataan tersebut.

SS = Bila merasa **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

S = Bila merasa **Sesuai** dengan pernyataan tersebut

TS = Bila merasa **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut

STS = Bila merasa **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.

Anda hanya diperbolehkan memilih satu alternatif pilihan jawaban pada setiap pernyataan, dengan cara memberikan tanda silang (X) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

Contoh :

Saya tidak malu-malu untuk menyatakan bahwa saya tidak sanggup mengerjakan sesuatu.

SS    S    TS    STS

Tanda silang (X) menunjukkan seseorang itu Sangat Sesuai dengan pernyataan yang diajukan.

SELAMAT BEKERJA

## SKALA A

No	Uraian Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya sering merasa bingung saat mengerjakan tugas.	SS	S	TS	STS
2.	Saya merasa ragu dapat bertahan lama di perusahaan ini dengan kemampuan yang saya miliki.	SS	S	TS	STS
3.	Pengetahuan saya tentang CPO masih kurang.	SS	S	TS	STS
4.	Bagi saya pekerjaan terasa sebagai beban.	SS	S	TS	STS
5.	Saya bingung dengan adanya pergantian rekan kerja yang terus-menerus.	SS	S	TS	STS
6.	Saya cepat lelah bila harus menyelesaikan semua pekerjaan.	SS	S	TS	STS
7.	Waktu yang singkat membuat saya sering melakukan kesalahan dalam bekerja.	SS	S	TS	STS
8.	Saya merasa gelisah dengan target kerja yang harus diselesaikan.	SS	S	TS	STS
9.	Bila bekerja dengan terburu-buru keringat dingin saya akan keluar.	SS	S	TS	STS
10.	Saya merasa putus asa dengan beban kerja yang berat.	SS	S	TS	STS
11.	Saya perlu waktu yang singkat untuk menyesuaikan diri dengan tugas-tugas baru.	SS	S	TS	STS
12.	Saya tidak mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas.	SS	S	TS	STS
13.	Saya akan pindah kerja karena pekerjaan ini tidak cocok dengan saya.	SS	S	TS	STS
14.	Saya akan tetap mengerjakan tugas dengan sebaik-baiknya walaupun tidak memperoleh informasi yang jelas.	SS	S	TS	STS
15.	Walaupun belum makan saya bekerja dengan giat.	SS	S	TS	STS
16.	Bukan masalah bagi saya jika pekerjaan tidak selesai tepat waktu.	SS	S	TS	STS
17.	Saya merasa senang harus menyelesaikan pekerjaan dengan cepat.	SS	S	TS	STS
18.	Saya mampu menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan target.	SS	S	TS	STS
19.	Saya dapat menjalankan tugas dengan santai bila tidak ada penetapan target.	SS	S	TS	STS
20.	Saya tidak mengalami hambatan untuk mengetahui pengolahan CPO.	SS	S	TS	STS
21.	Saya kurang istirahat dengan jadwal kerja yang tidak menentu.	SS	S	TS	STS
22.	Setiap kali menghadapi masalah keluarga saya menjadi gelisah dalam bekerja.	SS	S	TS	STS



23.	Beban tugas yang tidak sebanding dengan penghasilan membuat saya menjadi tertekan dalam menjalankan tugas.	SS	S	TS	STS
24.	Saya bingung jika dipindahkan ke divisi lain.	SS	S	TS	STS
25.	Saya merasa kecewa karena saya tidak memenuhi kriteria untuk di promosikan ke jabatan lain.	SS	S	TS	STS
26.	Atasan selalu mengakui kemampuan kerja saya.	SS	S	TS	STS
27.	Karyawan selalu di minta pendapat untuk kemajuan perusahaan.	SS	S	TS	STS
28.	Saya senang bekerja disini.	SS	S	TS	STS
29.	Saya bangga bekerja disini karena atasan menghargai saya.	SS	S	TS	STS
30.	Atasan mempermudah saya dalam bekerja.	SS	S	TS	STS
31.	Saya santai saja meskipun pekerjaan menumpuk.	SS	S	TS	STS
32.	Saya mampu menyelesaikan tugas yang dibebankan kepada saya.	SS	S	TS	STS
33.	Dengan adanya beban tugas yang berat saya jadi termotivasi untuk bekerja dengan sebaiknya.	SS	S	TS	STS
34.	Saya akan mencari suasana baru untuk menghilangkan kebosanan saya.	SS	S	TS	STS
35.	Saya merasa yakin dengan kemampuan yang saya miliki sekarang ini.	SS	S	TS	STS
36.	Saya tidak takut jika diminta laporan pertanggungjawaban tugas saya.	SS	S	TS	STS
37.	Hambatan yang ada dalam pekerjaan adalah biasa.	SS	S	TS	STS
38.	Saya akan segera menyesuaikan diri jika di pindahkan ke divisi lain.	SS	S	TS	STS
39.	Saya akan meningkatkan keterampilan saya dalam bekerja..	SS	S	TS	STS
40.	Saya mampu mengerjakan tugas ini walaupun banyak pekerjaan lain yang harus saya selesaikan.	SS	S	TS	STS
41.	Menurut saya peraturan perusahaan harus dilaksanakan dengan sepenuh hati.	SS	S	TS	STS
42.	Peraturan yang ketat membuat saya jadi disiplin.	SS	S	TS	STS
43.	Saya tetap optimis dalam bekerja walaupun kebijakan perusahaan berubah-ubah.	SS	S	TS	STS
44.	Saya merasa tertekan dengan perintah atasan yang berulang-ulang.	SS	S	TS	STS
45.	Setiap dipanggil atasan sering kali harus ke kamar kecil dulu.	SS	S	TS	STS
46.	Atasan selalu mempersulit saya dalam bekerja.	SS	S	TS	STS
47.	Saya kurang menyukai sikap pimpinan yang kurang memperhatikan nasib karyawan.	SS	S	TS	STS
48.	Saya selalu berdebat dengan atasan tentang peraturan yang ditetapkan perusahaan ini.	SS	S	TS	STS

49.	Pekerjaan yang menumpuk membuat saya tertekan.	SS	S	TS	STS
50.	Saya merasa bosan dengan banyaknya pekerjaan yang harus saya tangani.	SS	S	TS	STS
51.	Saya ingin meninggalkan pekerjaan yang bertumpuk.	SS	S	TS	STS
52.	Saya merasa bingung dengan apa yang saya kerjakan.	SS	S	TS	STS
53.	Saya merasa jenuh dengan peraturan perusahaan yang tidak konsisten.	SS	S	TS	STS
54.	Meskipun peraturan perusahaan ini terlalu ketat saya tetap bekerja dengan giat.	SS	S	TS	STS
55.	Saya tidak pernah mempersoalkan perubahan peraturan yang terjadi di perusahaan.	SS	S	TS	STS
56.	Saya selalu kesal dengan perubahan peraturan yang diberlakukan.	SS	S	TS	STS
57.	Perubahan-perubahan di perusahaan sangat mengganggu diri saya.	SS	S	TS	STS
58.	Perubahan rencana yang dilakukan membuat saya gelisah.	SS	S	TS	STS
59.	Saya selalu bingung dengan peraturan perusahaan yang selalu berganti-ganti.	SS	S	TS	STS
60.	Saya frustrasi dengan kebijakan yang ditetapkan oleh perusahaan.	SS	S	TS	STS
61.	Sesama rekan kerja kami suka bekerja sama dalam menyelesaikan tugas	SS	S	TS	STS
62.	Saya senang membantu rekan kerja untuk mendapatkan target yang ditetapkan di perusahaan.	SS	S	TS	STS
63.	Banyaknya pekerjaan membuat saya tidak nyaman.	SS	S	TS	STS
64.	Saya sering berbeda pendapat dengan rekan kerja yang baru.	SS	S	TS	STS
65.	Bagi saya perubahan di perusahaan sangat membantu pekerjaan.	SS	S	TS	STS
66.	Bagi saya perubahan di perusahaan sangat membantu pekerjaan.	SS	S	TS	STS
67.	Saya siap menjalankan tugas meskipun terjadi perubahan rencana kerja.	SS	S	TS	STS
68.	Saya berkeringat dingin jika harus bekerja sama dengan orang yang tidak saya sukai.	SS	S	TS	STS
69.	Perubahan yang dilakukan atasan tidak menjadi persoalan bagi saya.	SS	S	TS	STS
70.	Rekan kerja tidak mau tahu dengan kesulitan yang saya alami sehingga saya tidak betah bekerja.	SS	S	TS	STS
71.	Saya rasa wajar bila peraturan selalu berganti.	SS	S	TS	STS
72.	Ide-ide saya sering tidak sejalan dengan rekan kerja yang lain.	SS	S	TS	STS
73.	Saya selalu sejalan dengan peraturan yang ditetapkan oleh perusahaan.	SS	S	TS	STS

74.	Kekompakan dengan rekan kerja dalam menyelesaikan tugas sangat diperlukan.	SS	S	TS	STS
75.	Saya khawatir dengan masa depan anak-anak jika saya terus bekerja.	SS	S	TS	STS
76.	Saya ragu dapat memenuhi kebutuhan saya dengan penghasilan yang saya miliki.	SS	S	TS	STS
77.	Pergantian rekan kerja yang terus-menerus membuat saya jadi mengenal banyak orang.	SS	S	TS	STS
78.	Saya senang bekerja sama dengan rekan kerja yang se-ide dengan saya.	SS	S	TS	STS
79.	Saya jadi malas bekerja karena banyak kebutuhan yang tidak terpenuhi.	SS	S	TS	STS
80.	Saya selalu gelisah bila mengingat besarnya biaya yang harus saya tanggung.	SS	S	TS	STS
81.	Kebisingan yang terjadi ditempat kerja membuat saya sulit berkonsentrasi terhadap pekerjaan.	SS	S	TS	STS
82.	Saya merasa sulit bertahan di perusahaan ini karena minimnya pendapatan.	SS	S	TS	STS
83.	Saya merasa tidak nyaman bekerja dalam ruangan yang pengap dan kotor.	SS	S	TS	STS
84.	Saya akan bekerja lebih giat agar dapat membiayai keluarga saya.	SS	S	TS	STS
85.	Saya bekerja sepenuh hati walaupun dengan penghasilan yang sedikit.	SS	S	TS	STS
86.	Saya tidak dapat bekerja dengan tenang karena saya tidak memiliki ruangan khusus.	SS	S	TS	STS
87.	Saya bekerja dengan giat meskipun penghasilan pas-pasan dan banyak kebutuhan yang tidak terpenuhi.	SS	S	TS	STS
88.	Saya gelisah bekerja ditempat yang panas.	SS	S	TS	STS
89.	Saya tidak dapat bekerja sepenuh hati jika perlengkapan kerja yang disediakan kurang memadai.	SS	S	TS	STS
90.	Meskipun gaji saya kurang memadai saya tetap setia dengan perusahaan ini.	SS	S	TS	STS
91.	Besarnya biaya yang harus saya tanggung tidak mengganggu pikiran saya dalam bekerja.	SS	S	TS	STS
92.	Bekerja diruangan yang pengap dan kotor bagi saya sudah biasa.	SS	S	TS	STS
93.	Banyak peraturan perusahaan menyusahkan saya.	SS	S	TS	STS
94.	Dengan adanya fasilitas bus untuk karyawan saya datang tepat waktu.	SS	S	TS	STS
95.	Saya merasa tidak berdaya untuk menolak peraturan yang ditetapkan perusahaan selama ini.	SS	S	TS	STS
96.	Saya tetap bekerja meskipun ruangan tempat saya bekerja terasa panas.	SS	S	TS	STS
97.	Saya tetap konsentrasi terhadap pekerjaan saya	SS	S	TS	STS

	walaupun suasana disekitar saya berisik.				
98.	Saya senang memakai pakaian kerja yang seragam dengan rekan kerja yang lain.	SS	S	TS	STS
99.	Saya merasa kurang nyaman di perusahaan ini karena peraturan yang ketat	SS	S	TS	STS
100.	Kebijakan perusahaan yang tidak tetap membuat saya menjadi serba salah dalam menjalankan tugas.	SS	S	TS	STS





# UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

JALAN KOLAM NOMOR 1 MEDAN ESTATE

TELEPON 7366878, 7360168, 7364348, 7366781 PSWT 107 FAX. (081) 7366998 MEDAN 20223  
E-mail : uma 001@indosat.net.id

Nomor : 1005 /FO/PP/2007  
Lampiran : -  
Hal : Pengambilan Data

25 September 2007

Yth. Direktur PT. Pamina Adolina  
Perbaungan

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Sari Atika Parinduri  
NPM : 00.860.0203  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data pada *PT. Pamina Adolina Unit Belawan*, guna penyusunan skripsi mahasiswa yang berjudul: **"Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Asertif pada Karyawan di PT. Pamina Adolina Unit Belawan."**

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

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada instansi yang Bapak pimpin.

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



Dua Irna Minauli, M.Si.

Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs.
2. Peringgal



# PT. Pamina Adolina Unit Belawan

ulawesi II Belawan, Sumatera Utara Kode Pos 21413 Indonesia, Telp. (061) 6941433, 6941133 Facsimile (061) 6941133

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : PMN/SK/14/XI/2007

Sesuai surat Universitas Medan Area Fakultas Psikologi Medan No: 1.085 / FO / PP/ 2007.  
Tanggal 05 September 2007, dengan ini menerangkan bahwasanya Mahasiswa dibawah ini :

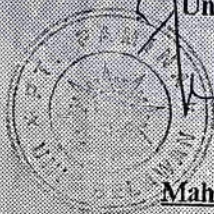
Nama : Sari Atika Parinduri  
N.P.M : 00.860.0203  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Telah selesai melaksanakan pengambilan data di PT. Pamina Adolina Unit Belawan dari tanggal 29 Oktober s/d 01 Nopember 2007.

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dipergunakan seperlunya.

Belawan, 01 Nopember 2007

PT. PAMINA ADOLINA  
Unit Belawan



*Mahyuzar Malmun*  
Direktur