

**HUBUNGAN STRESS TERHADAP PRODUKTIVITAS  
KERJA KARYAWAN PT. MAKRO INDONESIA  
STORE 10 MEDAN**

o  
l  
e  
h

**BASIR**

**NIM: 02 832 0071**



**JURUSAN MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2006**

**HUBUNGAN STRESS TERHADAP PRODUKTIVITAS  
KERJA KARYAWAN PT MAKRO INDONESIA  
STORE 10 MEDAN**

**SKRIPSI**

Oleh :

**BASIR**

**No. Stb : 02 832 0071**



*Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Menyelesaikan Studi Pada Fakultas Ekonomi  
Universitas Medan Area*

**JURUSAN MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2006**

**Judukl Skripsi : HUBUNGAN STRESS TERHADAP PRODUKTIVITAS  
KERJA KARYAWAN PT MAKRO INDONESIA  
STORE 10 MEDAN**

**Nama Mahasiswa : BASIR  
Nomor stambuk : 02 832 0071  
Jurusan : Manajemen**



**Disetujui oleh :  
Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Jhon Hardi'.

**(Drs. H. JHON HARDI, M.Si)**

**Pembimbing II**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Isnaniah Laili'.

**(Dra. ISNANIAH LAILI KS)**

**Mengetahui oleh :**

**Ketua Jurusan**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Jhon Hardi'.

**(Drs. JHON HARDI, M.Si)**

**Dekan**

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Syahrindy'.

**(H. SYAHRINDY, SE, M.Si)**

**Tanggal Lulus :**

## RINGKASAN

BASIR, HUBUNGAN STRESS TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PT MAKRO INDONESIA STORE 10 MEDAN, Skripsi dibawah bimbingan Drs. H. Jhon Hardi, M.Si sebagai Pembimbing I dan Dra. Isnaniah Laili KS sebagai Pembimbing II.

Kata 'stress' seringkali terdengar dalam pembicaraan masyarakat akhir-akhir ini. Stress sering dikaitkan dengan sebuah keadaan tidak stabilnya emosi, ketidak berdayaan menghadapi beban hidup, ketegangan mental dan fisik, dan lain sebagainya, yang semuanya hampir berkonotasi negatif dan destruktif. Pemahaman seperti tersebut tidak semuanya salah sekalipun tidak semuanya dapat dibenarkan. Hal ini terjadi karena stress dapat terdiri dari beberapa tingkatan, mulai dari stress rendah, sedang dan tinggi/berat. Satu hal yang pasti, memang stress menimbulkan tekanan pada psikologi. Namun demikian stress dapat bernilai positif dan konstruktif apabila dimenej dengan sebaik mungkin, karena tekanan-tekanan yang merangsang munculnya stress tersebut dapat mengarahkan seseorang untuk bersikap lebih positif dan berperilaku produktif serta dapat mendorong seseorang ke arah kemajuan untuk mendapatkan solusi atas berbagai persoalan. Suatu sikap yang sangat diharapkan dalam sebuah perusahaan seperti PT Makro Indonesia Store 10 Medan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stress terhadap produktivitas kerja karyawan PT Makro Indonesia Store 10 Medan. Untuk mencapai tujuan tersebut peneliti melakukan pengumpulan data melalui observasi langsung di lapangan, *interview* dengan beberapa pihak yang dinilai penting, dan menyebarkan angket (*questionnaire*) untuk mendapatkan data yang lebih valid, yang selanjutnya menganalisis dan mengkaji data-data tersebut.

Berdasarkan analisis dan kajian yang dilakukan terhadap data-data yang berhasil dihimpun selama penelitian ini didapati bahwa stress yang dialami karyawan PT Makro Indonesia Store 10 Medan tergolong "tinggi". Hal ini disimpulkan karena angka akhir hasil penelitian terhadap stress karyawan berada pada rentang skala antara 75 – 92, yaitu sebesar 78,90 yang menunjukkan tingkat stress tinggi. Selain itu, berdasarkan analisis terhadap tingkat stress dan produktivitas kerja karyawan PT Makro Indonesia Store 10 Medan melalui korelasi Product Moment Pearson dan diuji melalui uji – t, didapati kesimpulan bahwa stress yang dialami karyawan PT Makro Indonesia Store 10 Medan secara signifikan berhubungan dengan produktivitas kerja mereka.

Terkait dengan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang diharapkan bermanfaat bagi semua pihak terutama perusahaan PT Makro Indonesia Store 10 Medan untuk setiap saat mengidentifikasi berbagai gejala stress yang dialami karyawan dan mengelolanya dengan baik sehingga tidak menjadi penghalang bagi para karyawan dalam mengembangkan produktivitas kerja mereka, yang pada akhirnya dapat meningkatkan produktivitas perusahaan secara umum.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karuniaNya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Stress Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT.Makro Store 10 Medan” ini tepat pada waktunya.

Salah satu kegiatan mahasiswa guna memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan program S1 Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen Universitas Medan Area adalah membuat skripsi.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak/Ibu Dosen Pembimbing, Bapak Dekan Fakultas Ekonomi UMA dan Staf, Direktorat Perusahaan PT Makro Indonesia Store 10 Medan, dan semua pihak yang membantu proses penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu. Semoga sumbangsih yang diberikan menjadi amal baik yang bermanfaat.

Penulis yakin bahwa dalam penyajian skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran-saran yang bermanfaat sangat penulis harapkan untuk lebih sempurnanya skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat.

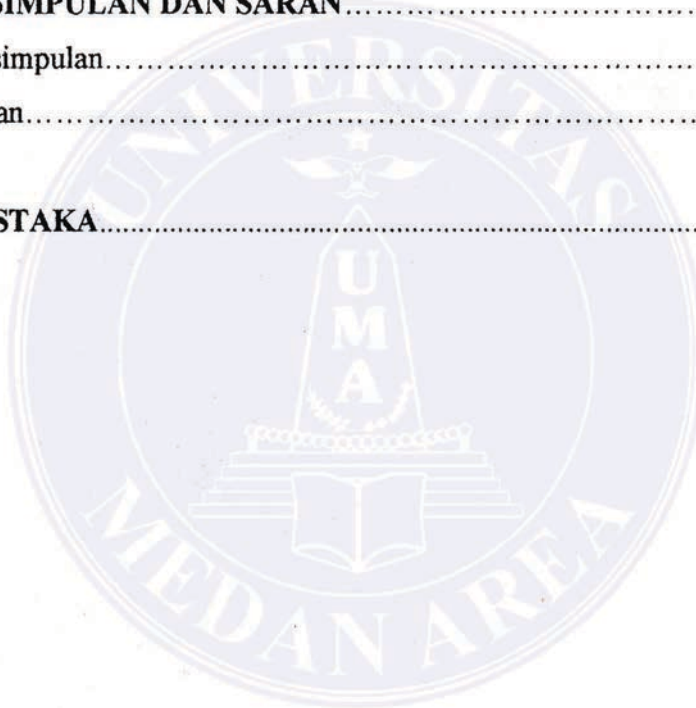
Medan, Agustus 2006

**Penulis**

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Alasan Pemilihan Judul.....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Hipotesis.....	3
D. Luas dan Tujuan Penelitian.....	4
E. Metode Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	4
F. Metode Analisa.....	5
<b>BAB II : LANDASAN TEORITIS</b> .....	7
A. Pengertian Stress, Unsur dan Jenis Stress.....	7
B. Model Stress Kerja.....	10
C. Pengelolaan Stress Kerja.....	11
D. Pengertian dan Metode Pengukuran Produktivitas Kerja.....	12
E. Hubungan Stress dengan Produktivitas Kerja.....	18
<b>BAB III : PT MAKRO INDONESIA STORE 10 MEDAN</b> .....	23
A. Gambaran Umum PT Makro Indonesia Store 10 Medan.....	23
1. Sejarah Singkat Perusahaan.....	23
2. Struktur Organisasi Perusahaan.....	24
3. Bidang Usaha Perusahaan.....	31
B. Jumlah dan Komposisi Karyawan.....	32

C. Jenis dan Model Stress yang Dialami Karyawan.....	34
D. Produktivitas Kerja yang Dicapai Karyawan.....	35
E. Hambatan-hambatan yang Dihadapi Karyawan.....	38
<b>BAB IV : ANALISIS DAN EVALUASI.....</b>	<b>41</b>
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>55</b>
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Alasan Pemilihan Judul

Kata stress sudah lazim dibicarakan dalam kehidupan sehari-hari, namun sering kali diartikan secara berbeda-beda oleh berbagai kalangan. Sebagian kalangan mengartikan stress sebagai “interaksi antara individu dan lingkungan yang ditandai oleh ketegangan emosional yang berpengaruh terhadap kondisi mental dan fisik seseorang”.<sup>1)</sup> Dengan kata lain, stress merupakan suatu rangkaian peristiwa yang mana seseorang tidak mampu merespon secara tepat dan wajar terhadap rangsangan yang datang dari lingkungannya. Atau hanya dapat merespon dengan biaya dan pengorbanan yang jauh lebih besar. Sebagian lainnya mengartikan stress sebagai “suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang, baik fisik maupun mental”.<sup>2)</sup>

Dalam kondisi stress, biasanya seseorang mengalami suatu tekanan secara psikologis. Tekanan tersebut sering kali menampakkan diri dalam bentuk kelelahan yang berkelanjutan, kekhawatiran, gangguan terhadap fisik, gangguan syaraf dan malah bisa kehilangan rasa harga diri. Namun sekalipun demikian, hal tersebut apabila berada dalam

---

<sup>1)</sup> Achdiat Agoes, dkk., **Teori dan Manajemen Stress**, Cetakan pertama, Taroda, Malang, 2003, hal. 14.

<sup>2)</sup> Sudarmayanti, **Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja**, PT Gramedia, Jakarta, 1995, hal. 143.



taraf yang wajar bisa menjadi hal yang positif bagi individu maupun organisasi atau perusahaan karena tekanan-tekanan tersebut dapat mengarahkan seseorang untuk bersikap lebih positif dan berperilaku produktif serta dapat mendorong ke arah kemajuan atau untuk pemecahan persoalan.

Namun sebaliknya, apabila tingkat tekanan psikologis tersebut berada pada tingkat yang berlebihan, dapat merusak dinamisme dan keutuhan organisasi. Terlebih apabila tekanan tersebut berkepanjangan dan terus-menerus, akan menghambat kerja sama dan produktivitas karyawan, yang pada akhirnya berakibat pada berkurangnya produktivitas perusahaan. Pada tahap ini tekanan stress tersebut harus segera diatasi dan dikelola sedemikian rupa untuk kembali berada pada taraf yang normal dan wajar untuk kepentingan pribadi karyawan dan perusahaan secara keseluruhan.

Pada PT Makro Indonesia Store 10 Medan gejala stress tampak pada sikap dan perilaku sebagian karyawannya. Gejala-gejala tersebut antara lain seperti penggunaan minuman beralkohol, rasa letih, kurang nafsu makan, perasaan diperbudak pekerjaan, bosan terhadap pekerjaan, dan lain sebagainya, yang kesemuanya itu berakibat pada rendahnya produktivitas kerja mereka, yang ditandai dengan pelanggaran disiplin, kurang loyalitas dan dedikasi, lemah inisiatif, dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai kondisi stress yang dialami karyawan PT Makro Indonesia Store 10 Medan, faktor-faktor yang menimbulkannya serta seberapa besar tingkat stress yang dialami karyawan tersebut mempengaruhi produktivitas mereka, dengan menuangkannya

## DAFTAR PUSTAKA

- Achdiat Agoes, dkk., **Teori dan Manajemen Stress**, Cetakan Pertama Taroda, Malang, 2003.
- Bambang Kusriyanto, **Meningkatkan Produktivitas Karyawan, Seri Manajemen**, Cetakan Ketiga, Pustaka Presindo, Jakarta, 1993.
- Faustino Cardoso Gomes, **Manajemen Sumber Daya Manusia**, Cetakan Kelima, Andi Offset, Yogyakarta, 1997.
- J. Ravianto, **Produktivitas dan Mutu Kehidupan**, Cetakan Ketiga, LSIUP, Jakarta, 1995.
- Masri Singarimbun, **Metode Penelitian Skripsi**, Liberty, Yogyakarta, 1989.
- Malayu S.P. Hasibuan, **Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia**, Gunung Agung, Jakarta, 1995.
- Muchdasyah Sinungan, **Produktivitas: Apa dan Bagaimana**, Cetakan Kedua, Bina Aksara, Jakarta, 1995.
- Stephen P. Robbins, **Organizational Behaviour: Concept, Controversies and applications**, Prentice-Hall Inc., New Jersey, 1978.
- Sudarmayanti, **Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja**, PT Gramedia, Jakarta, 1995.
- Suharsimi Arikunto, **Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek**, Cetakan Kesebelas, Rineka Cipta, Jakarta, 1998.
- Winarno Surahmad, **Pengantar Penelitian Ilmiah**, Edisi II, Tarsito, Bandung, 1994.