

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI  
STRES KERJA**

**(STUDI KASUS PADA PT X)**

**TUGAS AKHIR**



**FAVOUR MULA PAKAN TANDIYONO  
1132003027**

**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI  
FAKULTAS TEKNIK DAN ILMU KOMPUTER  
UNIVERSITAS BAKRIE  
JAKARTA  
2017**

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI  
STRES KERJA**

**(STUDI KASUS PADA PT X)**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana**



**FAVOUR MULA PAKAN TANDIYONO  
1132003027**


**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI  
FAKULTAS TEKNIK DAN ILMU KOMPUTER  
UNIVERSITAS BAKRIE  
JAKARTA  
2017**

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri,  
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk  
telah saya nyatakan dengan benar.**

**Nama : Favour Mula Pakan Tandiyono**

**NIM : 1132003027**

**Tanda Tangan :** 


**Tanggal : 23 Agustus 2017**

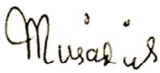
### HALAMAN PENGESAHAN

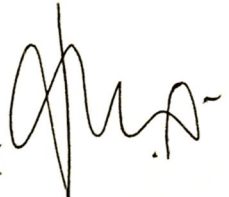
Tugas Akhir ini diajukan oleh:  
Nama : Favour Mula Pakan Tandiyono  
NIM : 1132003027  
Program Studi : Teknik Industri  
Fakultas : Teknik dan Ilmu Komputer  
Judul Skripsi : Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi  
Stres Kerja (Studi Kasus Pada PT X)

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Teknik pada Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Bakrie.

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Tri Susanto, S.E., M.T. (  )

Penguji : Mirsa Diah Novianti, S.T., M.T. (  )

Penguji : Gunawarman Hartono, Ir., M.Eng. (  )

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 23 Agustus 2017

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Teknik Program Studi Teknik Industri pada Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer Universitas Bakrie. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Tuhan Yesus, atas segala anugerah dan kasih setia-Nya yang melimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan lancar.
- 2) Bapak Abrahan Sudiyono dan Ibu Yultery Popang, kedua orang tua penulis yang telah memberikan bantuan dukungan motivasi, doa, maupun material.
- 3) Ibu Prof. Ir. Sofia W. Alisjahbana, M.Sc., Ph.D., selaku Rektor Universitas Bakrie.
- 4) Bapak Ir. Esa Haruman Wiraatmaja, M.Sc. Eng, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer Universitas Bakrie.
- 5) Bapak Gunawarman Hartono, Ir., M.Eng., Ketua Program Studi Teknik Industri Universitas Bakrie.
- 6) Bapak Tri Susanto, S.E., M.T., selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
- 7) Seluruh dosen Program Studi Teknik Industri Universitas Bakrie yang telah memberikan ilmu dan arahan kepada penulis selama masa perkuliahan dan masa penyusunan tugas akhir.
- 8) Ibu Lina, Bapak Adi, dan Bapak Rangga, selaku pihak perusahaan X yang telah banyak membantu dalam memberikan arahan serta usaha memperoleh data yang diperlukan;

- 9) Karyawan PT X, khususnya Divisi Produksi yang telah bersedia membantu penulis dalam pengisian kuesioner.
- 10) Teman-teman mahasiswa Program Studi Teknik Industri angkatan 2013 yang telah memberikan dukungan semangat dalam menyelesaikan penulisan tugas akhir ini.
- 11) Sahabat yang telah mengingatkan untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, Agustus 2017

Penulis

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Bakrie, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Favour Mula Pakan Tandiyo  
NIM : 1132003027  
Program Studi : Teknik Industri  
Fakultas : Teknik dan Ilmu Komputer  
Jenis Tugas Akhir : Kuantitatif Kualitatif

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Bakrie **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

### ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA (STUDI KASUS PADA PT X)

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Bakrie berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta untuk kepentingan akademis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 23 Agustus 2017

Yang menyatakan



(Favour Mula Pakan Tandiyo)

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA  
(STUDI KASUS PADA PT X)**

Favour Mula Pakan Tandiyono

---

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres serta faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja pada pekerja. Penelitian dilaksanakan di perusahaan metal PT X dengan jumlah responden sebanyak 100 orang. Penelitian ini menggunakan desain eksplorasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Data yang diperoleh diuji dengan menggunakan analisis faktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja berada pada tingkat stres normal dan terdapat 4 faktor yang mempengaruhi stres, yaitu (1) faktor tuntutan fisik, mental, dan sosial dari lingkungan kerja, (2) faktor pembebanan kerja, (3) faktor cara pandang terhadap diri sendiri, (4) faktor masa depan pekerjaan. Faktor yang paling dominan mempengaruhi stres kerja pada pekerja PT X adalah faktor tuntutan fisik, mental, dan sosial yang memiliki persentase variansi sebesar 39,358%.

Kata kunci: Stres, pekerja produksi, analisis faktor



**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA  
(STUDI KASUS PADA PT X)**

Favour Mula Pakan Tandiyono

---

***ABSTRACT***

*This study aims to determine the stress level and factors that affect work stress on workers. This research conducted in metal fabrication in X corporation with the number of respondents was 100 workers. This research used exploration design method. Data collection method was done by using questionnaire. The data obtained were tested using factor analysis. The result showed that workers were at normal stress level and there are four factors that affect the stress on workers, namely (1) factor of physical, mental, and social demands from the work environment, (2) loading factor, (3) self-looking factor, (4) and future factor of work. The most dominant factor affecting job stress on X corporation's workers is physical, mental, and social demands factor which has variance percentage of 39,358%.*

*Keywords: Stress, production workers, factor analysis*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.4. Batasan Masalah.....	4
1.5. Manfaat Penelitian.....	4
1.6. Sistematika Penulisan .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1. Pengertian Stres .....	6
2.2. Stres Kerja .....	7
2.3. Tahapan Stres Kerja.....	8
2.4. Sumber Stres Kerja.....	9
2.5. Dampak Stres Kerja .....	17
2.6. Pencegahan Stres Kerja.....	20
2.7. Manajemen Stres .....	22
2.8. Pengukuran Stres Kerja.....	25
2.9. Penelitian Terdahulu .....	26
2.10. Kerangka Pemikiran .....	29
2.11. Populasi dan Sampel.....	29
2.12. Pengumpulan Data.....	30
2.13. Teknik Analisis Data.....	30
2.14. Instrumen Penelitian .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
3.1. Diagram Alir Penelitian .....	38
3.2. Uraian Diagram Alir .....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
4.1. Pengujian Instrumen Penelitian .....	45
4.2. Karakteristik Responden Penelitian.....	47

4.3.	Hasil Pengolahan Data .....	49
4.4.	Pembahasan.....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>65</b>
5.1.	Kesimpulan.....	65
5.2.	Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>71</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	29
Gambar 3. 1 Diagram Alir Penelitian.....	38
Gambar 3. 2 Langkah-Langkah Analisis Faktor.....	44

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Cara mendesain pekerjaan yang baik.....	21
Tabel 2. 2 Penelitian terdahulu .....	26
Tabel 2. 3 Identifikasi signifikansi <i>factor loading</i> berdasarkan jumlah sampel .....	35
Tabel 2. 4 Ketentuan penggolongan tingkat stres kerja .....	36
Tabel 3. 1 Penilaian Skala Likert.....	41
Tabel 3. 2 Definisi operasional variabel tingkat stres kerja.....	41
Tabel 3. 3 Definisi operasional variabel stres kerja .....	42
Tabel 4. 1 Hasil Uji validitas instrumen untuk mengukur tingkat stres kerja.....	45
Tabel 4. 2 Hasil uji validitas instrumen faktor stres kerja .....	46
Tabel 4. 3 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Tingkat Stres Kerja .....	47
Tabel 4. 4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Faktor Stres Kerja .....	47
Tabel 4. 5 Profil responden berdasarkan jenis kelamin.....	48
Tabel 4. 6 Profil responden berdasarkan umur .....	48
Tabel 4. 7 Profil responden berdasarkan lama bekerja.....	49
Tabel 4. 8 Hasil Uji Tingkat Stres Kerja .....	49
Tabel 4. 9 Hasil KMO and Bartlett's Test .....	50
Tabel 4. 10 Nilai <i>Measure of Sampling Adequacy</i> (MSA) .....	51
Tabel 4. 11 <i>Total Variance Explained</i> .....	52
Tabel 4. 12 <i>Rotated Component Matrix</i> .....	53
Tabel 4. 13 Hasil Pengelompokan Variabel ke dalam Faktor .....	54
Tabel 4. 14 Interpretasi Faktor.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Format Kuesioner .....	71
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	75
Lampiran 3. Hasil Analisis Faktor .....	77

