



**UNIVERSITAS
PGRI ADI BUANA
SURABAYA**

SKRIPSI

**PENGARUH KELELAHAN EMOSIONAL DAN BEBAN
KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA KARYAWAN
BAGIAN SOPIR DISTRIBUSI CV. JUNA SENTOSA
LOGISTIK PRAMBON, SIDOARJO**

Devi Retno Yulinarsari

171500093

Dosen Pembimbing

Drs. I Ketut Surabagiarta ,S.E., M.M

Drs. Suharyanto, M.M

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
2021**

PENGARUH KELELAHAN EMOSIONAL DAN BEBAN
KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA KARYAWAN
BAGIAN SOPIR DISTRIBUSI CV. JUNA SENTOSA
LOGISTIK PRAMBON, SIDOARJO

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh Gelar Sarjana Manajemen (SM) Program Studi
Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

DEVI RETNO YULINARSARI

NIM: 171500093

PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

2021

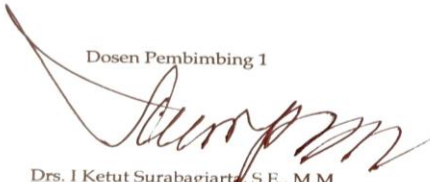
LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing dan layak untuk diuji :

Tanggal

29-3-2021

Dosen Pembimbing 1



Drs. I Ketut Surabagiarta, S.E., M.M
NPP : 1710748/DY

Dosen Pembimbing 2



Drs. Suharyanto, M.M
NPP : 0101403/DY


HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Kelelahan Emosional dan Beban Kerja terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Sopir Distribusi CV. Juna Sentosa Logistik Prambon, Sidoarjo

Identitas Mahasiswa :


- a. Nama : Devi Retno Yulinarsari
- b. NIM : 171500093
- c. Program Studi : Manajemen
- d. Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas PGRI Adibuana Surabaya
- e. Alamat e-mail : deviyulinar152@gmail.com


Dosen Pembimbing 1


Drs. I Ketut Surabagiarta, S.E., M.M
NPP : 1510748/DY


Ketua Program Studi
Agus Purwanto, M.M
NIP. 9601222 199003 1004

Surabaya, 31 Maret 2021
Dosen Pembimbing 2


Drs. Suharyanto, M.M
NPP : 0101403/DY


Ketua Program Studi
Madu Bagus Dwiarta, S.E., M.M
NIP. 1109598/DY

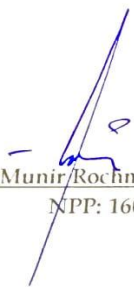
BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Skripsi ini diterima dan disetujui oleh panitia ujian skripsi
Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

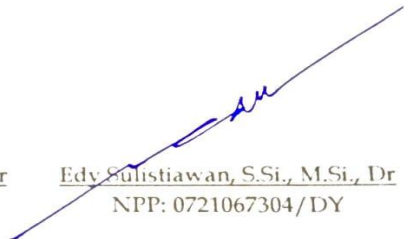
Hari : *Jumat*
Tanggal : *9 April 2021*
Tahun : *2021*

Penguji I

Penguji II



Moch. Munir/Rochman, Drs., EC., M.Si., Dr
NPP: 1601751/DY



Edy Sulistiawan, S.Si., M.Si., Dr
NPP: 0721067304/DY

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Devi Retno Yulinarsari

NIM : 171500093

Program Studi : Manajemen / 2017

Fakultas Ekonomi Universitas PGRI Adibuana
Surabaya

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian (skripsi) saya dengan judul “Pengaruh Kelelahan Emosional dan Beban Kerja terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Sopir Distribusi CV. Juna Sentosa Logistik Prambon, Sidoarjo” yang saya usulkan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (SM) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Tahun 2020/2021 bersifat original.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini (ditemukan unsur plagiasi), maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan hukum yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 30 Maret 2021
Mahasiswa,



Devi Retno Yulinarsari

Nim : 171500093

PRAKATA

Alhamdulillah Robbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan petunjuk dan bimbingan serta berbagai kenikmatan yang telah diberikan sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul **“Pengaruh Kelelahan Emosional, dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Sopir Distribusi CV. Juna Sentosa Logistik Prambon, Sidoarjo”**

Selama proses penulisan hingga terselesaikannya proposal ini, penulis banyak mendapat motivasi dan dukungan dari beberapa pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. M. Subandowo, M.S Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Drs. H. Teguh Purwanto, M.M Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. I Made Bagus Dwiarta, S.E., M.M Ketua Program Studi Manajemen Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
4. Drs.I Ketut Surabagiarta,SE., M.M dosen pembimbing 1 yang telah memberikan koreksi dan membantu selama melakukan penulisan dalam penyusunan skripsi ini

5. Drs. Suharyanto M.M dosen pembimbing 2 yang telah memberikan koreksi dan membantu selama melakukan penulisan dalam penyusunan skripsi ini
6. Bapak/Ibu Pimpinan dan staff Kantor CV. Juna Sentosa Logistik .
7. Dan semua pihak dari perusahaan yang telah membantu proses Studi Orientasi lapangan yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Dalam penulisan proposal penelitian ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surabaya,

Penulis,

MOTTO

“Tetap sabar, semangat, dan tersenyum karena kamu sedang menimba ilmu di Universitas Kehidupan. Allah menaruhmu di tempatmu yang sekarang bukan karena kebetulan.”

-Dahlan Iskan-

ABSTRAK

Stres merupakan dampak negatif yang dapat mengancam perusahaan maupun karyawan karena dapat berakibat buruk pada produktivitas perusahaan. Penelitian saat ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelelahan emosional dan beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan bagian sopir distribusi Cv.Juna Sentosa Logistik Prambon, Sidoarjo. Sampel yang dipakai sebanyak 100 karyawan. Metode yang dipakai yaitu sampel jenuh karena seluruh populasi digunakan untuk menjadi responden. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis regresi linier berganda. Penelitian menunjukkan kelelahan emosional dan beban kerja berpengaruh simultan terhadap stres kerja. Kelelahan emosional berpengaruh signifikan terhadap stres kerja dengan nilai Sig. $0,000 < 0,05$. Beban kerja berpengaruh signifikan terhadap stres kerja dengan nilai Sig. $0,000 < 0,05$.

Kata kunci: Kelelahan emosional, beban kerja dan stres kerja.

ABSTRACT

Stress is a negative impact that can threaten the company and employees because it can have a negative impact on company productivity. The research objective was to determine the effect of emotional exhaustion and workload on work stress on employees of the distribution driver of Cv.Juna Sentosa Logistik Prambon, Sidoarjo. The sample used is 100 employees. Data collection by distributing questionnaires. The analysis technique used is multiple linear regression analysis. Research shows that emotional exhaustion and workload simultaneously affect work stress. Emotional fatigue has a significant effect on work stress with the Sig. 0.000 <0.05. Workload has a significant effect on work stress with the Sig. 0.000 <0.05.

Key words: Emotional exhaustion, workload and work stress.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	v
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xix
LAMPIRAN.....	xx
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Secara Teoritis	4
1.4.2 Secara Praktis	5
BAB II	7
TELAAH PUSTAKA.....	7
2.1 Penelitian Terdahulu.....	7
2.2 Landasan Teori	15
2.2.1 Kelelahan Emosional.....	15
2.2.1.1 Pengertian Kelelahan Emosional.....	15
2.2.1.2 Aspek Kelelahan Emosional	16
2.2.1.3 Gejala Kelelahan Emosional.....	17
2.2.1.4 Indikator Kelelahan Emosional	18
2.2.2. Beban Kerja.....	18
2.2.2.1 Pengertian Beban Kerja.....	18

2.2.2.2	Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	20
2.2.2.3	Dampak Beban Kerja.....	21
2.2.2.4	Jenis Beban Kerja	22
2.2.2.5	Indikator Beban Kerja	23
2.2.3	Stres Kerja	24
2.2.3.1	Pengertian Stres Kerja.....	24
2.2.3.2	Faktor – Faktor Penyebab Stres Kerja.....	24
2.2.3.3	Dampak Stres Kerja.....	25
2.2.3.4	Gejala Stres Kerja	26
2.2.3.5	Pendekatan Stres Kerja	27
2.2.3.6	Indikator Stres Kerja.....	28
2.3	Kerangka Konseptual	28
2.4	Hipotesis	30
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
3.1	Rancangan Penelitian.....	31
3.2	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	33
3.2.1	Populasi	33
3.2.2	Sampel.....	33
3.2.3	Teknik Pengambilan Sampel	33
3.3	Jenis dan Sumber Data.....	34
3.3.1	Jenis Data	34
3.3.2	Sumber Data.....	34
3.4	Teknik Pengumpulan Data	34

3.4.1	Alat Pengumpulan Data.....	34
3.4.2	Prosedur Pengambilan Data	36
3.4.3	Instrumen Penelitian.....	36
3.4.4	Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
3.5	Definisi Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	37
3.5.1	Variabel Penelitian	37
3.5.2	Definisi Operasional Variabel.....	38
3.6	Teknik Analisis Data	39
3.6.1	Uji Validitas.....	39
3.6.2	Uji Reliabilitas	40
3.6.3	Uji Asumsi Klasik.....	41
3.6.4	Analisis Regresi Linier Berganda	42
3.6.5	Uji Hipotesis.....	43
BAB IV	45
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		45
4.1	Hasil Penelitian	45
4.1.1	Struktur Organisasi	46
4.1.2	Karakteristik Responden	46
4.2	Deskripsi Hasil Penelitian	48
4.2.1	Penilaian reponden terhadap butir pernyataan.....	48
4.3	Hasil Analisis Data dan Hasil Pembahasan.....	53
4.3.1	Hasil Pengujian Instrumen Penelitian	55
4.3.1.1	Uji Validitas	55
4.3.1.2	Uji Reliabilitas	57

4.3.2 Uji Asumsi Klasik.....	67
4.3.2.1 Uji Normalitas.....	67
4.3.2.2 Uji Multikolineritas	68
4.3.2.3 Uji Autokorelasi.....	69
4.3.2.4 Uji Heterokedastisitas	70
4.3.3 Analisis Regresi Linier Berganda	71
4.3.4 Pengujian Hipotesis	74
4.3.4.1 Uji t	74
4.3.4.2 Uji F.....	75
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	76
BAB V	79
SIMPULAN DAN SARAN.....	79
5.1 Simpulan.....	79
5.2 Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
Lampiran 1 kuesioner penelitian	86

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 3.1	Skala Likert.....	35
Tabel 3.2	Instrumen Penelitian.....	36
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Kelelahan Emosional (X ₁) Indikator Beban Kerja.....	48
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Kelelahan Emosional (X ₁) Tekanan Waktu.....	49
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Kelelahan Emosional (X ₁) Indikator Kurangnya dukungan organisasi dan keluarga.....	49
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Kelelahan Emosional (X ₁) Indikator stres karena pekerjaan.....	50
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Beban Kerja (X ₂) Indikator target yang harus dicapai dalam pekerjaan.....	51
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Beban Kerja (X ₂) Indikator tempat melaksanakan pekerjaan.	51
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Beban Kerja (X ₂) Indikator standart pekerjaan.....	52
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Stres Kerja (Y) Indikator beban kerja yang berlebihan.....	52
Tabel 4.9	Distribusi Frekuensi Stres Kerja (Y) Indikator tekanan atau desakan dalam menyelesaikan pekerjaan.....	53
Tabel 4.10	Distribusi Frekuensi Stres Kerja (Y) Indikator penghargaan terhadap penyelesaian pekerjaan.....	53

Tabel 4.11	Distribusi Frekuensi Stres Kerja (Y) Indikator pekerjaan yang dilakukan tidak sesuai jobdisk.....	54
Tabel 4.12	Distribusi Frekuensi Stres Kerja (Y) Indikator adanya perubahan system pelaporan.....	54
Tabel 4.13	Uji validitas variabel kelelahan emosional (X_1) indikator beban kerja.....	55
Tabel 4.14	Uji validitas variabel kelelahan emosional (X_1) indikator tekanan waktu.....	56
Tabel 4.15	Uji validitas variabel kelelahan emosional (X_1) indikator Kurangnya dukungan organisasi dan keluarga.....	57
Tabel 4.16	Uji validitas variabel kelelahan emosional (X_1) indikator stres karena pekerjaan.....	57
Tabel 4.17	Uji validitas beban kerja (X_2) indikator target yang harus dicapai dalam pekerjaan.	58
Tabel 4.18	Uji validitas beban kerja (X_2) indikator kondisi tempat melaksanakan pekerjaan.....	59
Tabel 4.19	Uji validitas beban kerja (X_2) indikator standart pekerjaan.....	60
Tabel 4.20	Uji validitas stres kerja (Y) indikator beban kerja yang berlebihan.....	60
Tabel 4.21	Uji validitas stres kerja (Y) indikator tekanan atau desakan dalam menyelesaikan pekerjaan	61
Tabel 4.22	Uji validitas stres kerja (Y) indikator penghargaan terhadap penyelesaian pekerjaan.....	62

Tabel 4.23	Uji validitas stres kerja (Y) indikator pekerjaan yang dilakukan tidak sesuai jobdisk.....	63
Tabel 4.24	Uji validitas stres kerja (Y) indikator adanya perubahan system pelaporan.....	63
Tabel 4.25	Uji Reliabilitas variabel kelelahan emosional (X_1).....	64
Tabel 4.26	Uji Reliabilitas variabel beban kerja (X_2)..	65
Tabel 4.27	Uji Reliabilitas variabel stres kerja (Y).....	66
Tabel 4.28	Uji Normalitas.....	67
Tabel 4.29	Uji Multikolineritas.....	69
Tabel 4.30	Uji Autokorelasi.....	69
Tabel 4.31	Analisi Regres Linier Berganda.....	72
Tabel 4.32	Koefisien Determinasi dan Korelasi.....	73
Tabel 4.33	Interpretasi Koefisien Korelasi.....	74
Tabel 4.34	Uji t Parsial.....	74
Tabel 4.35	Uji F Simultan.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka konseptual.....	16
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian.....	18
Gambar 4.2 Grafik Histogram.....	63
Gambar 4.3 Normal Probability Plot.....	63
Gambar 4.4 Uji Heterokedastisitas.....	66

LAMPIRAN

Lampiran 1	: Kuesioner Penelitian
Lampiran 2	: Tabulasi Data
Lampiran 3	: Hasil Output SPSS
Lampiran 4	: Surat Ijin Penelitian
Lampiran 5	: Surat Balasan Ijin Penelitian
Lampiran 6	: Matrik Penelitian
Lampiran 7	: Kartu Bimbingan