



**BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA SEBAGAI
PREDIKTOR KINERJA KARYAWAN PADA TEKNISI DIVISI
LIFT ESCALATOR SERVICE PT JAYA KENCANA JAKARTA**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA
BAGAS SAIFUDIN ZUHRI**

46122110019

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
(2026)**



**BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA SEBAGAI
PREDIKTOR KINERJA KARYAWAN PADA TEKNISI DIVISI
LIFT ESCALATOR SERVICE PT JAYA KENCANA JAKARTA**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

BAGAS SAIFUDIN ZUHRI

46122110019

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

(2026)

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bagas Saifudin Zuhri
NIM : 46122110019
Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul “Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Sebagai Prediktor Kinerja Karyawan Pada Teknisi Divisi *Lift Escalator Service* PT Jaya Kencana Jakarta” adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila pada waktu mendatang terbukti adanya pelanggaran terhadap pernyataan keaslian tersebut, saya bersedia menerima dan menanggung konsekuensi yang timbul, termasuk konsekuensi hukum. Saya juga bersedia membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala tuntutan hukum yang muncul akibat pelanggaran tersebut serta menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Pernyataan ini saya susun dengan penuh tanggung jawab sebagai bentuk kesediaan saya untuk mempertanggungjawabkan keaslian Tugas Akhir yang telah disusun.

Jakarta, 28 Agustus 2026



Bagas Saifudin Zuhri

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Bagas Saifudin Zuhri
NIM : 46122110019
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Sebagai Prediktor Kinerja Karyawan Pada Teknisi Divisi *Lift Escalator Service* PT Jaya Kencana Jakarta”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 22 Agustus 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 22 %.

Jakarta,
Administrator Turnitin



Denny Dwi Hambodo, S.Ikom

HALAMAN PENGESAHAN

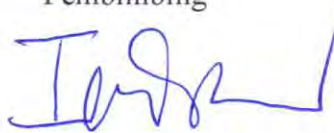
Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Bagas Saifudin Zuhri
NIM : 46122110019
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Sebagai
Prediktor Kinerja Karyawan Pada Teknisi Divisi
Lift Escalator Servis PT Jaya Kencana Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 28 Agustus 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

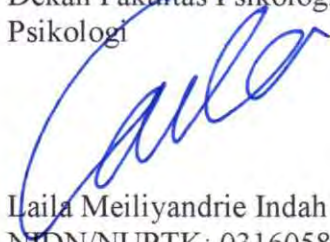
Pembimbing



Dr. Indra Kusumah, S.Psi., M.Si
NIDN/NUPTK: 0321078107

Jakarta, 28 Agustus 2026
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi
Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi
NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Sampai pada tahap akhir penyusunan Tugas Akhir ini, penulis menyadari bahwa proses yang dijalani tidak berlangsung seorang diri. Berbagai arahan, waktu, perhatian, serta dukungan dari sejumlah pihak turut membantu penulis menyelesaikan setiap tahapan, mulai dari proses perkuliahan hingga penyusunan Tugas Akhir. Atas segala kontribusi yang telah diberikan, penulis dengan tulus menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana
4. Dr. Indra Kusumah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Skripsi ini dipersembahkan untuk kedua orang yang paling berjasa dalam kehidupan penulis, yaitu Ibu dan adik saya, Nikayah Eka Rahayu dan Nadea Prasista, sosok yang selama selalu percaya dengan apa yang penulis lakukan serta selalu mengirimkan doa-doa baik yang selalu menjaga penulis diperantau.
6. Terima kasih kepada staf tata usaha fakultas psikologi mercu buana, yang sudah membantu penulis dari awal sampai selesainya tugas akhir ini.

Atas seluruh dukungan dan perhatian yang diterima selama proses penyusunan Tugas Akhir, penulis memanjatkan rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa serta berharap setiap kebaikan yang diberikan oleh berbagai pihak memperoleh balasan yang baik. Penulis juga menyadari bahwa karya ini masih memiliki ruang untuk diperbaiki. Pada akhirnya, penulis berharap Tugas Akhir ini tidak hanya menjadi bagian dari proses penyelesaian pendidikan, tetapi juga dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca dan menambah wawasan dalam bidang psikologi, khususnya pada kajian yang berkaitan dengan pekerjaan dan sumber daya manusia.

Jakarta, 28 Agustus 2026

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR DI RESPOSITORI UMB**

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

Nama : Bagas Saifudin Zuhri
NIM : 46122110019
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Sebagai
Prediktor Kinerja Karyawan Pada Teknisi Divisi
Lift Escalator Servis PT Jaya Kencana Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, 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. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 28 Agustus 2026
Yang menyatakan,



Bagas Saifudin Zuhri

**BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA SEBAGAI PREDIKTOR
KINERJA KARYAWAN PADA TEKNISI DIVISI LIFT ESCALATOR
SERVIS PT JAYA KENCANA JAKARTA**

BAGAS SAIFUDIN ZUHRI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji kemampuan Beban Kerja dan Kelelahan Kerja dalam memprediksi Kinerja Karyawan pada teknisi Divisi *Lift Escalator Service* PT Jaya Kencana Jakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif. Sampel terdiri atas 175 teknisi yang dipilih menggunakan *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Individual Work Performance Questionnaire* (IW PQ), instrumen Beban Kerja berbasis NASA-TLX yang dimodifikasi, dan *Swedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI), kemudian dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Beban Kerja mampu memprediksi Kinerja Karyawan secara positif dan signifikan ($B = 0,178$; $p = 0,040$), sedangkan Kelelahan Kerja mampu memprediksi Kinerja Karyawan secara negatif dan signifikan ($B = -0,343$; $p < 0,001$). Secara simultan, Beban Kerja dan Kelelahan Kerja mampu menjelaskan 31,6% variasi persepsi Kinerja Karyawan. Kelelahan Kerja memiliki kontribusi prediktif relatif lebih kuat dibandingkan Beban Kerja. Temuan ini menunjukkan bahwa Kelelahan Kerja merupakan prediktor yang lebih kuat dalam model, sehingga pengelolaan Kelelahan Kerja perlu diperhatikan untuk mendukung pemeliharaan persepsi kinerja teknisi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan positif Beban Kerja dengan persepsi Kinerja Karyawan perlu dipahami berdasarkan karakteristik pekerjaan teknisi yang memiliki tuntutan fisik, mental, dan waktu serta membutuhkan respons terhadap kondisi pekerjaan yang dinamis. Beban Kerja pada tingkat tertentu dapat berkaitan dengan pengerahan usaha dalam penyelesaian pekerjaan, sedangkan Kelelahan Kerja berkaitan dengan menurunnya kemampuan mempertahankan kinerja. Temuan ini memberikan gambaran bahwa persepsi kinerja teknisi tidak hanya berkaitan dengan tuntutan pekerjaan, tetapi juga dengan kondisi energi pekerja selama menjalankan tugas. Oleh karena itu, hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memahami kondisi kerja teknisi, khususnya dalam pengelolaan tuntutan pekerjaan dan kelelahan kerja.

Kata Kunci: Beban Kerja, Kelelahan Kerja, Kinerja Karyawan, Teknisi, Lift Escalator.

**BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA SEBAGAI PREDIKTOR
KINERJA KARYAWAN PADA TEKNISI DIVISI LIFT ESCALATOR
SERVIS PT JAYA KENCANA JAKARTA**

BAGAS SAIFUDIN ZUHRI

ABSTRACT

This study aims to examine the ability of workload and occupational fatigue to predict perceived employee performance among technicians in the Lift Escalator Service Division of PT Jaya Kencana Jakarta. The study employs a quantitative approach with an associative design. The sample consists of 175 technicians selected using accidental sampling. Data were collected using the Individual Work Performance Questionnaire (IWPQ), a modified NASA-TLX-based workload instrument, and the Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI), and were subsequently analyzed using multiple linear regression with SPSS. The results indicate that workload significantly and positively predicts perceived employee performance ($B = 0.178$; $p = 0.040$), whereas occupational fatigue significantly and negatively predicts perceived employee performance ($B = -0.343$; $p < 0.001$). Collectively, workload and occupational fatigue explain 31.6% of the variance in perceived employee performance. Occupational fatigue has a relatively stronger predictive contribution than workload. These findings highlight the importance of managing occupational fatigue to support and maintain technicians' perceived performance. The positive predictive relationship between workload and perceived employee performance should be understood in relation to the characteristics of technicians' work, which involves physical, mental, and temporal demands as well as the need to respond to dynamic work conditions. At a certain level, workload may be associated with greater effort in completing work, whereas occupational fatigue is associated with a reduced ability to maintain performance. These findings indicate that technicians' perceived performance is related not only to the demands of their work but also to their energy condition while carrying out their tasks. Therefore, the findings may provide consideration for understanding technicians' work conditions, particularly in managing workload demands and occupational fatigue.

Keywords: Workload, Occupational Fatigue, Employee Performance, Technician, Lift Escalator.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI	ii
PERNYATAAN SIMILARITY CHECK	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 RUMUSAN MASALAH.....	8
1.3 TUJUAN PENELITIAN.....	8
1.4 MANFAAT PENELITIAN	8
1.4.1 Manfaat teoritis	8
1.4.2 Manfaat praktis.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Kinerja Karyawan	10
2.1.1 Pengertian Kinerja Karyawan	10
2.1.2 Dimensi kinerja	11
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja karyawan	13
2.2 Beban kerja.....	14
2.2.1 Pengertian Beban Kerja.....	14
2.2.2 Dimensi beban kerja.....	15
2.2.3 Implikasi Beban Kerja terhadap Kinerja.....	15
2.3 Kelelahan kerja.....	17
2.3.1 Pengertian kelelahan kerja	17
	ix

2.3.2 Dimensi kelelahan kerja.....	17
2.3.3 Implikasi kelelahan kerja terhadap kinerja	18
2.4 Penelitian Terdahulu.....	20
2.5 Kerangka Pemikiran.....	22
2.6 Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Sampel dan Populasi	24
3.2.1 Populasi	24
3.2.2 Sampel.....	25
3.3 Teknik Sampling	26
3.4 Definisi Operasional.....	26
3.4.1 Kinerja Karyawan	26
3.4.2 Beban Kerja.....	27
3.4.3 Kelelahan Kerja.....	28
3.5 Instrumen Penelitian.....	28
3.5.1 Alat Ukur Kinerja.....	29
3.5.2 Alat Ukur Beban Kerja.....	30
3.5.3 Alat Ukur Kelelahan Kerja.....	31
3.6 Validitas dan Reliabilitas.....	32
3.6.1 Validitas.....	32
3.6.2 Reliabilitas.....	35
3.7 Analisis Data	36
3.7.1 Analisis Deskriptif.....	36
3.7.2 Uji Asumsi Klasik	36
3.7.3 Uji Hipotesis.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	39
4.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	39
4.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	40
4.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Kepegawaian.....	40
4.1.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	40

4.2 Hasil Analisis Deskriptif	41
4.3 Kategorisasi skor variabel penelitian	42
4.3.1 Kategorisasi Tingkat Beban Kerja	42
4.3.2 Kategorisasi Tingkat Kelelahan Kerja	42
4.3.3 Kategorisasi Tingkat Kinerja Karyawan	43
4.4 Uji Asumsi.....	43
4.4.1 Uji Normalitas.....	43
4.4.2 Uji Multikolinearitas	43
4.4.3 Uji Heteroskedastisitas.....	44
4.5 Uji Hipotesis.....	45
4.5.1 Uji Koefisien Determinasi (R^2)	45
4.5.2 Uji Parsial (Uji T).....	46
4.5.3 Uji Regresi Simultan (Uji F)	48
4.6 Analisis Korelasi Antardimensi.....	49
4.6.1 Korelasi Antardimensi Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan	49
4.6.2 Korelasi Antardimensi Kelelahan Kerja terhadap Kinerja Karyawan ..	51
4.7 Analisis Tambahan	54
4.7.1 Uji Perbedaan Berdasarkan Usia.....	54
4.7.2 Uji Perbedaan Berdasarkan Lama Kerja	56
4.7.3 Uji Perbedaan Berdasarkan Status Kepegawaian	57
4.8 Diskusi.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	64
5.1 Kesimpulan	64
5.2 Limitasi	65
5.3 Saran.....	66
5.3.1 Saran Teoritis.....	66
5.3.2 Saran Praktis.....	67
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	20
Tabel 3. 1 Skala Likert Beban Kerja	28
Tabel 3. 2 Skala Likert Kelelahan Kerja dan Kinerja	29
Tabel 3. 3 Blueprint Alat Ukur Kinerja.....	30
Tabel 3. 4 Blueprint Alat Ukur Beban Kerja.....	30
Tabel 3. 5 Blueprint Alat Ukur Kelelahan Kerja.....	32
Tabel 3. 6 Hasil Analisis Aiken V Beban Kerja	33
Tabel 3. 7 Hasil Analisis Aiken V Kelelahan Kerja	33
Tabel 3. 8 Hasil Analisis Aiken V Kinerja Karyawan.....	34
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Beban Kerja.....	35
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kelelahan Kerja.....	35
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kinerja Karyawan.....	35
Tabel 4. 1 Frekuensi Usia.....	39
Tabel 4. 2 Frekuensi Pendidikan Terakhir.....	40
Tabel 4. 3 Frekuensi Status Kepegawaian.....	40
Tabel 4. 4 Frekuensi Masa Kerja.....	40
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	41
Tabel 4. 6 Norma Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	42
Tabel 4. 7 Kategorisasi Tingkat Beban Kerja.....	42
Tabel 4. 8 Kategorisasi Tingkat Kelelahan Kerja.....	42
Tabel 4. 9 Kategorisasi Tingkat Kinerja Karyawan	43
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas	43
Tabel 4. 12 Hasil Uji Heteroskedastisitas	44
Tabel 4. 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	45
Tabel 4. 14 Hasil Uji T	46
Tabel 4. 15 Hasil Uji F	48
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi Antardimensi Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan	49
Tabel 4. 17 Hasil Uji Korelasi Antardimensi Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan	51
Tabel 4. 18 Hasil Uji Perbedaan Berdasarkan Usia	54
Tabel 4. 19 Hasil Uji Lanjut (Post Hoc).....	55
Tabel 4. 20 Hasil Uji Perbedaan Berdasarkan Lama Kerja.....	56
Tabel 4. 21 Hasil Uji Perbedaan Berdasarkan Status Kepegawaian	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	23
-------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Gform</i> dan <i>Informed Consent</i>	73
Lampiran 2. Uji Reliabilitas	74
Lampiran 3. Uji Normalitas	75
Lampiran 3. Uji Heteroskedastisitas	76

