



**HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA DENGAN TIPE
KEPRIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada
Program Studi Psikologi

Oleh

RINA LISDAROPAH

46106020014

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
2010**

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert
Nama : Rina Lisdaropah
NIM : 46106020014
Program : Program Studi Psikologi
Tanggal : 12 Oktober 2010

Pembimbing

Ir. Purwanto S.K., M.Si.

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

Dr.A.A.Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si.

Sitawaty Tjiptorini, MBA., M.Psi.

PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul **"HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA DENGAN TIPE KEPERIBADIAN EKSTROVERT DAN INTROVERT"** telah diujikan dalam Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 12 Oktober 2010. Skripsi ini telah diterima sebagai Salah Satu Syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 12 Oktober 2010

Sidang Skripsi

Sitawaty Tjiptorini, MBA., M.Psi.
Ketua Dewan Sidang/Penguji I

Dr.A.A.Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si.
Penguji II

Ir. Purwanto S.K., M.Si.
Pembimbing

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini:

Judul : Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert
Nama : Rina Lisdaropah
NIM : 46106020014
Program : Program Studi Psikologi
Tanggal : 12 Oktober 2010

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolohannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 12 Oktober 2010

Rina Lisdaropah

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT., karena atas segala rahmat, karunia, serta hidayahnya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan yang terdapat dalam kurikulum Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang harus dipenuhi sebelum menyelesaikan Program Strata Satu (S1).

Skripsi ini tidak akan sempurna tanpa dukungan dari orang-orang disekitar peneliti. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu, memberikan bimbingan dan arahan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada:

1. Dr. A.A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Sri Wulandari, S.Psi., Psi. selaku wakil dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Sitawaty Tjiptorini, MBA., M.Psi. selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ika Susanti, M.Si. selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

5. Ir. Purwanto S.K., M.Si. selaku Dosen Pembimbing yang membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi.
6. Dosen-dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu kepada peneliti selama menjalani perkuliahan; Prof. Dr. M. Enoch Markum, Psi., Dra. Nunnie R. Widagdo MM. Psi., Dr. Inneke Herawati, M.Si. Psi., Drs. Rusdijanto Soebardi, Psi., Drs. Mun'im Yusuf, Psi. MM., Erna Multahada, SHI. M.Si., Dr. Ir. Aris Setyanto Nugroho MM., Tika Bisono, Psi. M.Psi., Drs. S.Sulistiyono, M.Si., Dr. Syahrial Syarbaini, MA., Prof. Dr. Agus Djoko Santoso, M.Si., Zakiyatun Fitri, M.Psi., Dr. Nita Cyntia. MM., dr. Yoga Hadi Nugroho, Juneman, S.Psi. CWP., Rahmat, S.Psi. Psi., Dra. Liana Karim, Psi., Dharmayati Utoyo Lubis, MA., Ph.D. Psi.
7. Bapak Marsani, S.Kom. selaku Kepala TU dan Bapak Supardi Staf TU Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
8. Mamah Iis Zaenab, Ayah M. Dace, Adik-adik Delis Nur Fadillah, M. Harist Nugraha, dan M. Davva Abdillah yang selalu memberikan kasih sayang, doa, semangat, serta dukungan moril dan materil kepada peneliti.
9. Adi kekasih hati yang selama ini telah memberikan harapan, hiburan, dukungan, inspirasi dan suka cita selama proses penulisan skripsi.
10. Teman-teman seperjuangan; Dewi Indrawati Hakim, Yuli Yanti, Nining Susyanti, Dewi Setyorini, Yessica Cristina, Dhian Fitri Almira, Wulan Suminar Virgita, Tika Mandasari, Wahyu Sukma Sejati, M. Luthfi, M. Nurdin, Bayu Jatmiko dan Rissa Agustin PH.

11. Teman-teman seluruh angkatan di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
12. Teman-teman SD, SMP, SMU, dan Komplek
13. Orang-orang yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah membantu peneliti dalam proses penyusunan skripsi.

Peneliti berharap semoga hasil penulisan skripsi ini dapat memberikan banyak manfaat bagi pembaca. Peneliti menyampaikan terima kasih kepada pembaca atas saran, kritik dan masukan dalam upaya memperbaiki skripsi ini.

Jakarta, 12 Oktober 2010

Peneliti

DAFTAR ISI

<i>ABSTRACT</i>	i
ABSTRAK	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Sistematika Penulisan Skripsi	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1. Stres Kerja	6
2.1.1. Pengertian Stres Kerja	6
2.1.2. Sumber, akibat dan konsekuensi	7
2.1.3. Mengelola Stres	9

2.2.	Kepribadian	10
2.2.1.	Pengertian Kepribadian	10
2.2.2.	Dasar Teori Kepribadian Eysenck's	11
2.2.3.	Dimensi Kepribadian	13
2.3.	Kerangka Berpikir	18
BAB III METODE PENELITIAN		19
3.1.	Populasi dan Sampel	19
3.2.	Pengambilan Sampel	19
3.3.	Pengumpulan Data	20
3.3.1.	Skor Tingkat Stres Kerja dan Tipe Kepribadian	21
3.3.2.	Skala Stres Kerja dan Tipe Kepribadian	22
3.4.	Teknik Analisa Data	24
3.4.1.	Variabel Penelitian	24
3.4.2.	Hipotesa	26
3.4.3.	Validitas Isi	26
3.4.4.	Uji Validitas dan Reabilitas	26
3.4.5.	Analisis Instrumen Penelitian	27
3.4.6.	Validitas Aitem	27
3.5.	Definisi Operasional	28
BAB IV HASIL PENELITIAN		30
4.1.	Gambar Umum Subyek	30
4.1.1.	Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	31

4.1.2.	Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Usia	31
4.1.3.	Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Pekerjaan	31
4.2.	Pembahasan Hasil Penelitian	32
4.2.1.	Kategori Skor Tingkat Stres Kerja	33
4.2.2.	Kategori Skor Kepribadian	34
4.2.3.	Korelasi	36
4.2.4.	Determinasi	37
4.2.5.	Analisis Regresi	37
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN		39
5.1.	Kesimpulan	39
5.2.	Diskusi	40
5.3.	Saran	41
DAFTAR PUSTAKA		42
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Teknik Penilaian Jawaban yang diberikan subjek	20
Tabel 2. Skor Stres Kerja	21
Tabel 3. Skor Tipe Kepribadian	22
Tabel 4. Skala Stres Kerja	22
Tabel 5. <i>Stable-Unstable</i> dan <i>Ekstrovert dan Introvert</i>	23
Tabel 6. Keadaan Subyek dalam Jawaban Ya dan Jawaban Tidak	24
Tabel 7. Blue Print Tingkat Stres Kerja Uji Validitas Aitem dan Reabilitas	27
Tabel 8. Blue Print Tingkat Stres Kerja Hasil Uji Validitas Aitem	28
Tabel 9. Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	30
Tabel 10. Gambaran Umum Subyek Berdasarkan Usia	31
Tabel 11. Gambaran Umum Jenis Pekerjaan Subyek	31
Tabel 12. Perhitungan Tingkat Stres Kerja dengan Tipe Kepribadian	32
Tabel 13. Standar Deviasi Tingkat Stres Kerja	33
Tabel 14. Kategorisasi Skor Tingkat Stres Kerja	34
Tabel 15. Jumlah Skor pada Subyek dengan Tingkat Stres	34
Tabel 16. Kategori Skor Tipe Kepribadian	35
Tabel 17. Jumlah Skor Tipe Kepribadian	36
Tabel 18. Hasil Kategorisasi Skor Stres Kerja pada Karyawan Bertipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Sebuah Model Stres	8
Gambar 2. Skema dua-dimensi yang melukiskan sejumlah titik ekstrem dalam skala E dan N Eysenck's	17
Gambar 3. Alur Kerangka Berpikir	18