



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HUBUNGAN ANTARA PENGENDALIAN *STRESS* KERJA DENGAN
BERPIKIR *DIVERGENT* PADA PT. X DIVISI SALES MARKETING
DI ERA PANDEMI COVID - 19**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program

Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh :

RIZA REIHACK

46115110135

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2021

**HUBUNGAN ANTARA PENGENDALIAN *STRESS* KERJA DENGAN
BERPIKIR *DIVERGENT* PADA PT. X DIVISI SALES MARKETING
DI ERA PANDEMI COVID - 19**

Riza Reihack

Dr. Inda Kusumah, M.Psi (Pembimbing)

Universitas Mercu Buana, Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengerahui hubungan antara pengendalian stress terhadap berpikir divergen pada PT. X divisi marketing. Total responden berjumlah 140 karyawan. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala pengendalian stress kerja yang didasarkan pada teori sopiah (2008) dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.857 dan skala berpikir divergen didasarkan pada teori Torrance dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.888. Teknik analisa data melalui korelasi pearson yang hasilnya menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara pengendalian stress dan berpikir divergen, dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.001$) dan nilai koefisien sebesar $r = 0.525$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi pengendalian stress maka akan semakin tinggi juga berpikir divergen yang dimiliki subjek.

Kata kunci : Pengendalian stress, berpikir divergen

***RELATIONSHIP BETWEEN WORK STRESS CONTROL WITH
DIVERGENT THINKING AT PT. SALES DIVISION DIVISION X
IN THE ERA OF THE COVID - 19 PANDEMIC***

Riza Reihack

Dr. Inda Kusumah, M.Psi (Pembimbing)

Universitas Mercu Buana, Jakarta

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between stress control and divergent thinking at PT. X marketing division. The total number of respondents is 140 employees. In this study using a non-probability sampling technique by using an accidental sampling technique. The measuring instrument used is a work stress control scale based on Sopiah's theory (2008) with a Cronbach's Alpha value of 0.857 and a divergent thinking scale based on Torrance's theory with a Cronbach's Alpha value of 0.888. The data analysis technique is through Pearson correlation, the results of which show a significant positive relationship between stress control and divergent thinking, with a significance value of 0.000 ($p < 0.001$) and a coefficient value of $r = 0.525$. The results showed that the higher the stress control, the higher the divergent thinking of the subject.

Keywords: *Stress Control, Divergent Thinking*

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar – benarnya bahwa semua pernyataan dalam karya akhir ini :

Judul : Hubungan antara Pengendalian Stress Kerja dengan Berpikir Divergent pada PT. X Divisi Sales Marketing di Era Pandemi Covid - 19

Nama : Riza Reihack

NIM : 46115110135

Program : Psikologi

Tanggal : 05 Juli 2022

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang di tetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya Ilmiah ini belum pernah di ajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya di gunakan telah di nyatakan secara jelas sumbernya dan dapat di perika kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 05 Juli 2022



Riza Reihack

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Pengendalian *Stress* Kerja Dengan Berpikir Divergent Pada PT. X Divisi Sales Marketing di Era Pandemi *Covid 19***” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 5 Juli 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 5 Juli 2022

Sidang Skripsi

Penguji 1

Penguji 2



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog **Irma Himmatul Aliyyah, M.Psi., Psikolog**

Pembimbing



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Dr. Indra Kusumah, M.Si

PSI 07210229



Please Scan QR Code Verify

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan Antara Pengendalian *Stress* Kerja Dengan Berpikir *Divergent* Pada PT. X Divisi Sales Marketing di Era Pandemi *Covid 19*

Nama : Riza Reihack

NIM : 46115110135

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 5 Juli 2022

Pembimbing



Dr. Indra Kusumah, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PSI 07210229



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa telah menganugerahkan Hikmat kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya Tugas Akhir dengan judul “Hubungan Antara Pengendalian *Stress* Kerja Dengan Berpikir *Divergent* Pada Pt. X Divisi Sales Marketing Di Era Pandemi Covid - 19” yang sedang menempuh semester akhir. Karya Tugas Akhir ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta tahun 2022. Dalam menyusun Tugas Akhir ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya Tugas Akhir penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan kasih sayang Nya serta memberikan kemudahan dalam menyelesaikan Penulisan Skripsi ini hingga bisa di selesaikan dengan sebaik - baiknya
2. Nabi Muhammad SAW, selaku umat Rasullah yang selalu memberikan tuntunan agar tidak menyerah di dalam setiap kesulitan ada kemudahan
3. Almarhumah Nenek ku Ibu Aryani, yang selalu aku rindukan di setiap hari. Mak alhamdulillah akhirnya aku bisa menyelesaikan kuliah ku sesuai amanat Emak
4. Untuk Suamiku Tercinta, Diky Aditya, terimakasih telah menemani ku di 9 tahun terakhir dan telah menjadi suami yang Hebat dan tak pernah lelah

menopang dan mensupport aku hingga aku bisa menyelesaikan Skripsi ini. I love you Ayah.

5. Kedua Orang Tua Ku, Mama dan Papah, terimakasih telah membesarkan dan mendidik ku hingga aku bisa sampai di tahap ini.
6. Untuk Kedua Saudari Ku, Ferizka dan Sisca yang tak pernah lelah mendukung aku dan membantuku dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Untuk kedua Sahabat ku, Daisy dan Selvi, dua orang sahabat yang sangat berarti dan selalu berbagi suka duka selama 16 tahun terakhir.
8. Bapak Dr. Indra Kusumah, M. Psi. selaku pembimbing Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
9. Seluruh Keluarga Besar Kong Basan tercinta yang telah memberikan dukungan untuk penulis baik dukungan moral maupun dukungan spiritual.
10. Seluruh Komisaris, HRD, dan Staff PT. X yang memperbolehkan untuk mengambil data di perusahaan tersebut.
11. Untuk semua orang dan teman teman yang sudah meninggalkan dan selalu merendahkan aku di saat aku sedang kesulitan, lihatlah bagaimana aku bisa akhirnya menyelesaikan skripsi ini tanpa bantuan kalian. Terimakasih telah mengajari aku teman yang tulus dan teman yang tidak tulus. terimakasih telah memberikan aku rasa sakit sehingga bisa menhadi motivasi untuk menyelsaikan Skripsi ini
12. Untuk seluruh keluarga besar Universitas Mercu Buana Jakarta, terimakasih telah memberikan aku kesempatan sampai saat ini sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Alloh SWT yang membalas semua kebaikan dan selalu mencurahkan rahmat dan berkatnya untuk kita semua, Amin.

Jakarta, 13 Maret 2022

Riza Reihack
46115110135



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Manfaat Penelitian	5
1.4.1. Manfaat Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Praktis	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA	6
2.1. Berpikir <i>Divergent</i>	6
2.1.1. Definisi Berpikir <i>Divergent</i>	6
2.1.2. Perbedaan Berpikir <i>Divergent</i> dengan Berpikir Kreatif	8
2.1.3. Dimesni dalam Berpikir <i>Divergent</i>	9
2.2. Pengendalian <i>Stress</i> Kerja.....	10
2.2.1. Definisi <i>Stress</i> Kerja	10
2.2.2. Jenis-jenis <i>Stress</i> Kerja	12
2.2.3. Akibat-akibat <i>Stress</i>	12
2.2.4. Faktor – Faktor Yang Dapat Mempengaruhi <i>Stress</i> Kerja.....	13
2.3. Penelitian Terdahulu	15
2.4. Kerangka Berpikir.....	19
2.4.1 Berfikir <i>Divergent</i>	19
2.4.2 Pengendalian <i>Stress</i> Kerja.....	19

2.5. Hipotesis Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1. Desain Penelitian	21
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
3.2.1. Tempat Penelitian.....	21
3.2.2. Waktu Penelitian	21
3.3. Variabel Penelitian.....	22
3.4. Definisi Operasional	22
3.4.1. Definisi Operasional Pengendalian <i>Stress</i> Kerja.....	22
3.4.2. Definisi Operasional Berpikir <i>Divergent</i>	23
3.5. Populasi dan Sampel.....	23
3.5.1. Populasi.....	23
3.5.2. Sampel.....	24
3.5.3. Teknik Pengambilan Sampel.....	25
3.6. Teknik Pengambilan Data.....	25
3.7. Instrument Penelitian	27
3.7.1. Skala Pengendalian <i>Stress</i> Kerja.....	27
3.7.2. Skala Berpikir <i>Divergent</i>	28
3.8. Uji Instrument Penelitian	29
3.9. Uji Validitas dan Reabilitas Instrument.....	30
3.9.1. Uji Validitas	30
3.9.2. Uji Realibilitas	33
3.10. Teknik Analisis Data.....	34
3.10.1. Uji Asumsi Dasar	34
3.10.2. Analisa Deskriptif	35
3.11. Uji Hipotesis	36
3.11.1. Uji Korelasi	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1. Sejarah Singkat PT. X.....	38
4.2. Analisis Deskriptif Data Penelitian.....	39
4.3. Gambaran Umum Responden Penelitian	39
4.3.1. Identifikasi responden berdasarkan jenis kelamin	39

4.3.2. Identifikasi responden berdasarkan usia	40
4.3.3. Identifikasi responden berdasarkan masa kerja.....	40
4.3.4. Identifikasi responden berdasarkan status bekerja.....	41
4.4. Hasil Uji Normalitas Data.....	41
4.5. Hasil Uji Analisis Deskriptif.....	42
4.6. Kategorisasi.....	43
4.6.1. Kategorisasi Pengendalian Stres	43
4.6.2. Kategorisasi Berpikir Divergen.....	43
4.7. Hasil Uji Hipotesis	44
4.8. Uji Analisa Kovarian	45
4.9. Pembahasan Hasil Penelitian	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
5.1. Kesimpulan	49
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	49
5.3. Saran	50
5.3.1. Saran teoritis.....	50
5.3.2. Saran praktis.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3.1	Skala Likert	26
Tabel 3.2	Skala Pengendalian Stres Kerja.....	28
Tabel 3.3	Blueprint Skala Berpikir Divergent.....	29
Tabel 3.4	Uji Validitas Pengendalian Stress	31
Tabel 3.5	Uji Validitas Berpikir Divergen	32
Tabel 3.6	Uji Reliabel Pengendalian Stress Dan Berpikir Divergen	34
Tabel 4.1	Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Tabel 4.2	Identifikasi Responden Berdasarkan Usia.....	40
Tabel 4.3	Identifikasi Responden Berdasarkan Masa Kerja	40
Tabel 4.4	Identifikasi Responden Berdasarkan Status Bekerja.....	41
Tabel 4.5	Uji Normalitas Data	42
Tabel 4.6	Descriptive Statistics	42
Tabel 4.7	Norma Kategorisasi Pengendalian Stress.....	43
Tabel 4.8	Kategorisasi pengendalian stres	43
Tabel 4.9	Norma Kategorisasi Berpikir Divergen.....	44
Tabel 4.10	Kateogorisasi Berpikir Divergen.....	44
Tabel 4.11	Korelasi	44
Tabel 4.12	Uji Analisa Kovarian.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	20
------------------------------------	----

