



HUBUNGAN ANTARA WORK STRESS DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN PERUSAHAAN JASA DI MASA PANDEMI COVID-19

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1)

Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh:

STELLA MONICA SETIARDI

46116120056

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2021

HUBUNGAN ANTARA WORK STRESS DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN PERUSAHAAN JASA DI MASA PANDEMI COVID-19

Stella Monica Setiardi

Dr. Setiawati Intan Savitri, M. Si

Faculty of Psychology, Mercu Buana University

Abstract

The pandemic covid-19 affects changes in work systems at service companies. This study was conducted to understand how the changes in the company affect the psychological condition of employees by looking at the level of work stress and the subjective well-being of employees. The purpose of this study was to determine the relationship between job stress and subjective employees in service companies during the pandemic covid-19. This survey was created using measuring instruments "Subjective well-being inventory" and "Work Stress Questionnaire". It was concluded that the employees had medium levels of stress and medium levels of subjective well-being. The results of this study show that, there are statistically significant links between work stress and subjective well-being with value $r = -0,497$, $Sig = 0,000 < 0,05$, meaning that if the individual work stress level is high, the subjective well-being is low and if the individual work stress level is low, the subjective well-being is high.

Keyword : Work Stress, Subjective Well-Being, Service Company, Pandemic Covid-19

HUBUNGAN ANTARA *WORK STRESS* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA KARYAWAN PERUSAHAAN JASA DI MASA PANDEMI COVID-19

Stella Monica Setiardi

Dr. Setiawati Intan Savitri, M. Si

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana

Abstrak

Pandemi covid-19 mempengaruhi perubahan sistem kerja pada perusahaan jasa. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana perubahan yang terjadi mempengaruhi kondisi psikologis karyawan dengan melihat tingkat stres kerja dan kesejahteraan subjektif karyawan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dengan subjektif karyawan di perusahaan jasa di masa pandemi covid-19. Survei ini dibuat dengan menggunakan alat ukur “*Subjective Well-Being Inventory*” dan “*Work Stress Questionnaire*”. Disimpulkan bahwa karyawan memiliki tingkat stres kerja sedang dan tingkat kesejahteraan subjektif sedang. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara stres kerja dengan kesejahteraan subjektif dengan nilai $r = -0,497$, $Sig = 0,000 < 0,05$, artinya apabila tingkat stres kerja individu tinggi maka kesejahteraan subjektif rendah dan sebaliknya apabila tingkat stres kerja individu rendah maka kesejahteraan subjektif tinggi.

Kata Kunci : *Work Stress*, *Subjective Well-Being*, Karyawan Perusahaan Jasa, Pandemi Covid-19

PERNYATAAN

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

Judul : **Hubungan Antara Work Stress Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Perusahaan Jasa Di Masa Pandemi Covid-19**

Nama : Stella Monica Setiardi

NIM : 46116120056

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 1 Februari 2021

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 pengelolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 1 Februari 2021



Stella Monica Setiardi

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Hubungan Antara *Work Stress* Dengan *Subjective Well-Being* Pada Karyawan Perusahaan Jasa di Masa Pandemi Covid-19**

Nama : Stella Monica Setiardi

NIM : 46116120056

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 1 Februari 2021

Pembimbing

Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Muhammad Iqbal, Ph.D

Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si

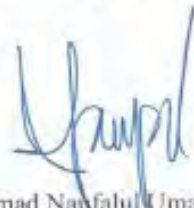
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan antara *Work Stress* dengan *Subjective Well-Being* pada Karyawan Perusahaan Jasa di Masa Pandemi COVID-19” telah di ajukan pada sidang Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pada tanggal 01 Februari 2021. Tugas Akhir ini telah di terima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 01 Februari 2021

Sidang Tugas Akhir

Penguji I



(Ahmad Naufalul Umam, M.Si)

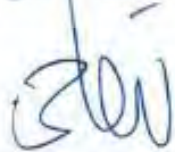
Penguji II



(Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Pembimbing



(Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.)

KATA PEGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah_nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi ini ditulis guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penulis mengambil topik tentang “Hubungan antara *work stress* dengan *subjective well-being* pada karyawan perusahaan jasa di masa pandemi covid-19”. Topik ini menjadi kajian yang menarik bagi peneliti untuk mempelajari dan menjadikannya bagian studi akhir.

Kesempatan kali ini dengan selesainya penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Setiawati Intan Savitri, M. Si selaku pembimbing yang telah mengarahkan dan memberikan masukan selama penyusunan skripsi ini, serta semua pihak yang telah berkontribusi baik dalam penelitian ini maupun penyusunan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dalam sumbangsih pengembangan ilmu psikologi.



Jakarta, 1 Februari 2021

Stella Monica Setiardi

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi tentang hubungan antara *work stress* dengan *subjective well-being* pada karyawan perusahaan jasa di masa pandemi covid-19. Dengan selesainya penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT dan Nabi Muhammada SAW dengan segala rahmat serta karunia-Nya yang memberikan kekuatan dalam penulisan skripsi ini.
2. Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si. selaku dekan Fakultas Psikologi serta selaku pembimbing yang telah mengarahkan dalam penulisan skripsi ini.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku sekprodi Fakultas Psikologi yang selalu mengawal progress selama penulisan skripsi ini.
4. Mamah Suhartinih, Papah Ruddy, Aa Raymond Well Setiardi, Adek Jury Maxwell dan seluruh keluarga yang senantiasa memberikan dukungan, doa, motivasi, dan kasih sayang.
5. Kepompong Kupu-Kupu, Kak Fitri, Kak Endah, Kak Riana, Mega, dan Ilham, teman seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan banyak membantu menjalani perkuliahan hingga skripsi selesai.
6. Sahabat-sahabat Tonggeret dan NNSDD yang senantiasa mendengarkan keluh kesah dan selalu memotivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. Yang terakhir dan paling penting terimakasih untuk diri sendiri, sudah menyelesaikan kewajiban pendidikan yang diinginkan dengan baik.

Semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan yang telah diberikan.

DAFTAR ISI

ABSTRACT	ii
ABSTRAK	iii
PERNYATAAN	iv
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	v
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR	vi
KATA PEGANTAR	vii
UCAPAN TERIMAKASIH	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I - PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II - TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Teori Kebahagiaan dan Kesejahteraan.....	10
2.1.1 Pengertian Subjective Well-Being	10
2.1.2 Komponen Subjective Well-Being	12
2.1.3 Dimensi Faktorial <i>Subjective Well-Being</i>	16
2.1.4 Dinamika Subjective Well-Being	19
2.2 Teori Work Stress	20
2.2.1 Dimensi <i>Work Stress</i>	21
2.2.2 Dinamika <i>Work Stress</i>	22
2.3 Dinamika Penelitian.....	23
2.4 Kerangka Berpikir.....	28
2.5 Hipotesis	30
BAB III - METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Identifikasi Variabel.....	31

3.3 Definisi Operasional	31
3.3.1 Subjective Well-Being Inventory.....	31
3.3.2 Work Stress.....	32
3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik pengambilan Sampel	32
3.4.1 Populasi.....	32
3.4.2 Sampel dan Teknik pengambilan Sampel.....	32
3.5 Teknik Pengambilan Data.....	33
3.6 Tahapan Pelaksanaan Penelitian	33
3.7 Instrumen Penelitian	34
3.8 Uji Alat Ukur	38
3.8.1 Uji Validitas.....	39
3.8.2 Uji Reliabilitas	39
3.8.3 Uji Diskriminasi Item.....	39
3.9 Teknik Analisis Data.....	40
3.9.1 Uji Asumsi	40
3.9.2 Uji Hipotesis	41
BAB IV - HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Hasil Perhitungan.....	42
4.1.1 Gambaran Partisipan.....	42
4.1.2 Analisis Deskriptif	43
4.1.3 Uji Asumsi Klasik.....	45
4.1.4 Analisis Uji Alat Ukur	46
4.1.5 Hasil Uji Hipotesis.....	46
4.2 Pembahasan	47
BAB V - KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	51
5.3 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jurnal.....	28
Tabel 2. Blueprint Skala SUBI	36
Tabel 3. Blueprint Skala WSQ.....	38
Tabel 4. Deskripsi Usia Partisipan	42
Tabel 5. Deskripsi Jenis Perusahaan Jasa Partisipan	42
Tabel 6. Deskripsi Tipe Pekerjaan Partisipan	43
Tabel 7. Deskripsi Pemberlakuan WFH dan WFH.....	43
Tabel 8. Data statistik deskriptif variabel penelitian	44
Tabel 9. Jumlah dan Persentase Partisipan berdasarkan kategori masing – masing variabel.....	44
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 11. Hasil Uji Linieritas.....	46
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas.....	46
Tabel 13. Hasil Uji Korelasi.....	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	30
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Perhitungan G*power	58
Lampiran 2. Kuisisioner Penelitian (Google Form)	59
Lampiran 3. Expert Judgment WSQ	97
Lampiran 4. Expert Judgment SWBI.....	112
Lampiran 5. Uji Normalitas	128
Lampiran 6. Uji Linieritas.....	129
Lampiran 7. Diskriminasi Item WSQ	130
Lampiran 8. Diskriminasi Item SWBI.....	132
Lampiran 9. Uji Korelasi WSQ dengan SWBI.....	134
Lampiran 10. Perhitungan Kategorisasi Data	135
Lampiran 11. Row Score WSQ.....	136
Lampiran 12. Row Score SWBI.....	138
Lampiran 13. Jawaban Pertanyaan Terbuka	140



UNIVERSITAS
MERCU BUANA