



**PENGARUH *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN STRES KERJA
TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT. TELKOM S. PARMAN
JAKARTA BARAT
(UNIT *BUSINESS SERVICE*)**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Pada
Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

NAMA : FEREN MAUDINI SALVIRA

NIM: 46119010110

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCUBUANA**

2023

LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Judul : Pengaruh *Psychological Well-Being* dan *Stress* Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Telkom S. Parman Jakarta Barat

Nama : Feren Maudini Salvira

Nim : 46119010110

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemykan didalam laopran skripsi saya terdapat plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 15 Agustus 2023



Feren Maudini Salvira

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Feren Maudini Salvira
NIM : 46119010110
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Psychological Well-Being* dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT Telkom S. Parman Jakarta Barat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing	: Dr. A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si	(.....)
NIDN	: 9990412044	
Ketua Penguji	: Dr. Irma Himmatul Aliyyah, M.Psi., Psikolog	(.....)
NIDN	: 314108301	
Penguji 1	: Dr. Indra Kusuma, M.Si	(.....)
NIDN	: 321078107	

Jakarta, 15 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi Psikologi

(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini yang berjudul “Pengaruh *Psychological Well-Being* dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan pada Unit *Business Service* PT Telkom S. Parman Jakarta Barat”. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Terima kasih kepada Ibu saya tercinta Maretha Wilfia yang telah memberikan dukungan penuh yang saya butuhkan dari segi doa, materi atau lainnya sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan cukup baik.
2. Terima kasih kepada Bapak Dr. A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, dan sabar memberi arahan dalam penulisan Tugas Akhir ini, sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik.
3. Terima kasih kepada Bapak Ahmad Sabir, S.Fil selaku Dosen Pembimbing Akademik.
4. Terima kasih kepada Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
5. Terima kasih kepada Ibu Yenny, S. P. M.Psi Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
6. Terima kasih kepada Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi. Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
7. Terima kasih kepada Bapak Dhani Irmawan S. Psi. M.Sc. Selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Uneversitas Mercu Buana
8. Terima kasih kepada Kakak Tingkat Alumni Psikologi Mercu Buana yaitu Enrico, Waskito Wibowo, Jaro dan juga Royhan yang telah membantu saya. Terutama Waskito yang telah

memberi bantuan dan arahan penulisan dalam mengolah data serta memberi masukan lainnya terkait Tugas Akhir ini.

9. Terima kasih kepada Rekan – rekan mahasiswa psikologi yang terus memberi dukungan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini terutama kepada Dhea Septiana dan Tazkiatul.
10. Terima kasih kepada Teman-teman saya Edi, Shakti dan Frederik Garsia Nababan yang telah menjadi penyemangat dan mendengarkan keluh kesah dan menjadi motivasi dalam pengerjaan Tugas Akhir ini.
11. Dan yang terakhir, terima kasih kepada seluruh pegawai PT Telkom S. Parman khususnya Unit *Business Service* yang telah mendukung serta meluangkan waktunya dalam mengisi kuesioner yang saya berikan dan pihak-pihak lainnya yang terlibat dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 29 juli 2023



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Penulis

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Feren Maudini Salvira

NIM : 46119010110

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh *Psychological Well-Being* dan *Stress* Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT Telkom S. Parman Jakarta Barat.

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 diatas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmediakan/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan laporan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Feren Maudini Salvira

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	7
1.3. Tujuan Penelitian.....	7
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA	9
2.1 KINERJA KARYAWAN	9
2.1.1 Definisi Kinerja Karyawan.....	9
2.1.2 Dimensi Kinerja Karyawan	9
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan	10
2.2 PSYCHOLOGICAL WELL-BEING.....	11
2.2.1 Definisi Psychological Well-Being	11
2.2.2 Dimensi Psychological Well-Being.....	11
2.2.3 Faktor- faktor Yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	12

2.3 STRESS KERJA	13
2.3.1 Definisi Stress Kerja.....	13
2.3.2 Dimensi Stress Kerja	13
2.3.3 Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Stress Kerja.....	14
2.4 PENELITIAN TERDAHULU	15
2.5 DINAMIKA <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i> , <i>STRESS KERJA</i> DAN <i>KINERJA</i>	18
2.6 HIPOTESIS PENELITIAN	19
BAB III.....	21
METODE PENELITIAN.....	21
3.1. METODE DAN DESAIN PENELITIAN.....	21
3.1.1. Metode	21
3.1.2. Desain Penelitian	21
3.2. IDENTIFIKASI PENELITIAN	21
3.3. POPULASI DAN SAMPEL	21
3.3.1. Populasi.....	21
3.3.2. Sampel.....	22
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	22
3.4. VARIABEL DAN DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL	22
3.4.1. Variabel Independen.....	22
3.4.2. Variabel Dependen.....	23
3.4.3. Definisi Kinerja Karyawan	23
3.4.4. Definisi Psychological Well-Being dan Stress Kerja	23
3.5. PROSES PENGUMPULAN DATA.....	24
3.5.1. Teknik Pengumpulan Data	24
3.5.2. Blue Print Kinerja Karyawan	24
3.5.3. Blue Print Psychological Well-Being.....	25
3.5.4. Blue Print <i>Stress Kerja</i>	28
3.6. UJI ALAT UKUR.....	30
3.6.1 Uji Validasi	30
3.6.2 Uji Realibilitas	30

3.7	UJI ASUMSI	31
3.7.1	Uji Normalitas.....	31
3.7.2	Uji Multikolinearitas	31
3.7.3	Uji Heteroskedastisitas.....	31
3.7.4	Uji Analisis Regresi Linier Berganda	32
3.8	Uji Hipotesis.....	32
BAB IV		33
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN		33
4.1.	Gambaran Umum Responden	33
4.2.	Deskripsi Demografi	33
4.2.1.	Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin	33
4.2.2.	Deskripsi Berdasarkan Usia	34
4.2.3.	Deskripsi Berdasarkan Lama Bekerja.....	35
4.3.	Uji Asumsi Klasik	35
4.3.1.	Uji Normalitas.....	35
4.3.2.	Uji Linearitas	35
4.3.3.	Uji Heterokedastisitas	36
4.3.4.	Uji Multikolinearitas.....	37
4.4.	Uji Hipotesis.....	37
4.4.1.	Uji Kolerasi antar Variabel.....	37
4.4.2.	Uji Matrix Kolerasi antar Dimensi Psychological Well-being dan Kinerja Karyawan.....	38
4.4.3.	Uji Matrix Kolerasi antar Stress Kerja dan Kinerja Karyawan	39
4.4.4.	Uji Regresi Linear Sederhana	39
4.5.	Pembahasan	41
BAB V		44
KESIMPULAN DAN SARAN.....		44
5.1.	Kesimpulan.....	44
5.2.	Keterbatasan Penelitian	44
5.3.	Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....		46
LAMPIRAN.....		49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Pra-Penelitian Survey	5
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3. 1 Blue Print Kinerja Karyawan.....	25
Tabel 3. 2 Blue Print Psychological Well-Being	26
Tabel 3. 3 Blue Print Stress Kerja.....	29
Tabel 4. 1 Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 4. 2 Deskripsi Berdasarkan Usia.....	34
Tabel 4. 3 Deskripsi Berdasarkan Lama Bekerja.....	35
Tabel 4. 4 Uji Normalitas.....	35
Tabel 4. 5 Uji Linearitas	35
Tabel 4. 6 Uji Heterokedastisitas	36
Tabel 4. 7 Uji Multikolinearitas.....	37
Tabel 4. 8 Uji Kolerasi antar Variabel	37
Tabel 4. 9 Uji Koefisien Regresi Variabel Psychological Well-Being.....	39
Tabel 4. 10 Uji Koefisien Regresi Variabel Stress Kerja	40
Tabel 4. 11 Uji F Psychological Well-Being dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan	40
Tabel 4. 12 Koefisien Determinasi Variabel Psychologi Well-Being dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan	41