



**PENGARUH STRES DAN KUALITAS KEHIDUPAN KERJA
TERHADAP PRESTASI KERJA KARYAWAN *OFFSHORE* DI RIG
PENGEBORAN PT.X**



Putri Rania Deazzahra

46122010133

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

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

2024



**PENGARUH STRES DAN KUALITAS KEHIDUPAN KERJA
TERHADAP PRESTASI KERJA KARYAWAN *OFFSHORE* DI RIG
PENGEBORAN PT.X**

SKRIPSI

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

UNIVERSITAS
Putri Rania Deazzahra
46122010133
MERCU BUANA

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

2024

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Rania Deazzahra

NIM : 46122010133

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap
Prestasi Kerja Karyawan *Offshore* di Rig Pengeboran PT.X

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 ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 12 Januari 2025



Putri Rania Deazzahra

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Putri Rania Deazzahra

NIM : 46122010133

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan Offshore di Rig Pengeboran PT.X

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 : Dina Syakina, S.Si., M.Si.
NIDN : 0306099001

()

Ketua Penguji : Dr. Irma Himmatul Alliyah, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0314108301

()

Penguji 1 : Dr. A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si.
NIDN : 8929660023

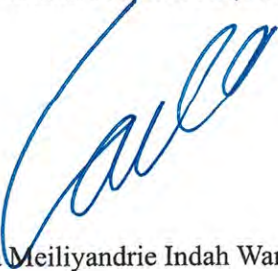
()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 24 Desember 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga atas izin-Nya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir/Skripsi yang berjudul “Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan *Offshore* di Rig Pengeboran PT. X”. Penulisan tugas akhir ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program Sarjana (S1) pada program studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Penyusunan tugas akhir ini tidak akan mungkin terwujud sebagaimana mestinya tanpa adanya bimbingan, bantuan, dukungan, serta doa dari semua pihak. Oleh karenanya izinkan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih dengan tulus yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait:

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., Psikolog. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Dina Syakina, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu serta perhatiannya untuk setiap proses penyusunan tugas akhir dan memberikan motivasi untuk bisa cepat lulus.
5. Ibu Dr. Irma Himmatul Alliyah, M. Psi., Psikolog, dan Bapak Dr. A.A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si, selaku penguji yang telah banyak memberikan saran dan arahan serta masukan pada tugas akhir ini.
6. Seluruh Dosen dan Staff Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan pengajaran selama saya menjadi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
7. Bapak Deddy Setiawan selaku HSE pada PT. X yang sudah membantu dan memberi izin dalam penyebaran data kuesioner.
8. Seluruh rekan karyawan pada Rig Pengeboran PT. X yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam mengisi kuesioner.

9. Kedua orang tua peneliti, Mama Hj. Siti Umi Zulaeka dan Papa Mayor Laut (T) H. Muhidin yang terus memberi semangat dan sudah merelakan banyak hal, memberikan doa dan dukungan yang tiada hentinya baik berupa moril dan materiil. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Kedua abang saya Arya dan Aldy serta kedua kakak ipar saya yang senantiasa memberikan segala dukungan, dan doa demi kelancaran pengerjaan tugas akhir ini.
10. Master Chef Indonesia (Silvia, Kezia, Khairunnisa) sebagai teman dekat saya selama perkuliahan yang telah memberikan motivasi dan dukungan selama kuliah serta menjadi tempat bercerita.
11. Teman seperbimbingan skripsi, yaitu Rifa, Disa dan juga Varah yang selalu semangat dan berjuang hingga akhir. Perjalanan ini mungkin penuh dengan tantangan, namun setiap langkah yang kita ambil pasti berarti.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna karena masih terbatasnya pengetahuan dan pengalaman serta kemampuan yang dimiliki peneliti. Maka dari itu, atas kesalahan dan kekurangan yang terdapat dalam penulisan skripsi ini, Penulis meminta maaf serta bersedia menerima kritikan yang bersifat membangun dengan harapan penelitian dapat bermanfaat untuk kita semua.

Jakarta, 29 November 2024

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Putri Rania Deazzahra
NIM : 46122010133
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan *Offshore* di Rig Pengeboran PT.X

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 Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Januari 2025

Yang menyatakan,



(Putri Rania Deazzahra)

ABSTRAK

Nama : Putri Rania Deazzahra

NIM : 46122010133

Program studi : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan *Offshore* di Rig Pengeboran PT. X

Pembimbing : Dina Syakina, M.Si

Penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode regresi ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan di Rig Pengeboran PT.X. Variabel yang terkandung dalam penelitian ini yaitu Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja sebagai variabel bebas dan Prestasi Kerja sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan di PT.X dengan jumlah sampel sebanyak 115 karyawan Rig Pengeboran PT. X dengan menggunakan sampel jenuh. Analisis data dilakukan dengan regresi linear berganda dengan bantuan IBM SPSS versi 26. Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stres memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi kerja dengan nilai t hitung $3.446 > 1.658$ dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Selain itu, kualitas kehidupan kerja juga terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap prestasi kerja dengan nilai t hitung $5.286 > 1.658$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka H_a diterima. Hal ini disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif Stres dan Kualitas kehidupan kerja terhadap Prestasi kerja yang signifikan. Sehingga hasil penelitian ini berimplikasi bahwa perusahaan perlu mengimplementasikan strategi untuk mengelola stres serta meningkatkan kualitas kehidupan kerja sebagai upaya untuk meningkatkan prestasi kerja karyawan.

Kata Kunci: stres, kualitas kehidupan kerja, prestasi kerja

ABSTRACT

Name : Putri Rania Deazzahra
NIM : 46122010133
Study Program : Faculty of Psychology
Title Thesis : *The Influence of Stress and Quality of Work Life on the Job Performance of Offshore Employees at PT. X's Drilling Rig*
Counsellor : Dina Syakina, M.Si

This quantitative research using the regression method aims to test and analyze the effect of stress and quality of work life on the job performance of employees at PT. X's drilling rig. The variables examined in this research are stress and quality of work life as independent variables and job performance as the dependent variable. The study was conducted at PT.X with a sample size of 115 drilling rig employees, using a saturated sampling technique. Data analysis was performed using multiple linear regression with the help of IBM SPSS version 26. The results of the data analysis indicate that stress has a positive and significant effect on job performance, with a t-value of $3.446 > 1.658$ and a significance value of $0.0001 < 0.05$. Additionally, quality of work life also shows a positive and significance value of $0.000 < 0.05$, this supporting the alternative hypothesis (H_a). It can be concluded that stress and quality of work life have a positive and significant influence on job performance. The result of this result implies that the company needs to implement strategies to manage stress and improve the quality of work life as an effort to enhance employee job performance.

Keywords: Stress, Quality of Work Life, Job Performance

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	7
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.4. Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1. Manfaat Teoritis (Akademik).....	8
1.4.2. Manfaat Aplikatif (Praktis)	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1. Prestasi Kerja.....	10
2.1.1. Definisi Prestasi Kerja.....	10
2.1.2. Dimensi-dimensi Prestasi Kerja	11
2.1.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Kerja	13
2.2. Stres	15
2.2.1. Definisi Stres	15
2.2.2. Aspek-aspek Stres	16
2.2.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres	16
2.3. Kualitas Kehidupan Kerja	18
2.3.1. Definisi Kualitas Kehidupan Kerja	18

2.3.2. Dimensi Kualitas Kehidupan Kerja.....	19
2.3.3. Faktor-faktor Kualitas Kehidupan Kerja.....	20
2.4. Penelitian Terdahulu.....	21
2.5. Dinamika penelitian	22
2.5.1. Dinamika Pengaruh Stres terhadap Prestasi Kerja	22
2.5.2. Dinamika Pengaruh Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja	23
2.5.3. Dinamika Pengaruh Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja	24
2.6. Kerangka Penelitian.....	26
2.7. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
3.1. Desain Penelitian	28
3.2. Variabel Penelitian	28
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.3.1. Populasi	28
3.3.2. Sampel Penelitian.....	28
3.4. Definisi Operasional.....	29
3.4.1. Stres	29
3.4.2. Kualitas Kehidupan Kerja	29
3.4.3. Prestasi Kerja.....	29
3.5. Instrumen Penelitian.....	29
3.5.1. Skoring	29
3.5.2. Alat Ukur Prestasi Kerja.....	30
3.5.3. Alat Ukur Stres.....	31
3.5.4. Alat Ukur Kualitas Kehidupan Kerja	31
3.6. Teknik Pengumpulan Data	32
3.6.1. Teknik Pengumpulan Data Primer	32
3.7. Teknik Analisis Data	32
3.7.1. Uji Kualitas Instrumen	32
1) Uji Validitas.....	32
2) Uji Reliabilitas	33
3.7.2. Hasil Uji Reliabilitas	33

3.7.3. Hasil Uji Analisis Item	34
3.8. Analisis Data	35
3.8.1. Analisis Deskriptif.....	35
3.9. Uji Asumsi Klasik	35
3.9.1. Uji Normalitas	35
3.9.2. Uji Linearitas.....	36
3.9.3. Uji Multikolinieritas	36
3.9.4. Uji Heteroskedasitas.....	36
3.10. Uji Hipotesis.....	36
3.10.1. Analisis Regresi Linear Berganda	36
3.10.2. Uji Koefisien Determinan (R^2).....	36
3.10.3. Analisis Matriks Korelasi antar Dimensi	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1. Hasil Deskripsi Umum Partisipan	39
4.1.1. Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Usia	39
4.1.2. Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Unit/Divisi Kerja.....	39
4.1.3. Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Lama Bekerja	40
4.1.4. Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	41
4.2. Hasil Analisis Deskriptif	41
4.2.1. Analisis Deskriptif Kategorisasi.....	41
4.2.2. Norma Hipotetik.....	41
4.2.3. Hasil Kategori Hipotetik.....	42
4.2.4. Norma Empirik.....	43
4.2.5. Hasil Kategorisasi Empirik	43
4.3. Hasil Uji Asumsi Klasik.....	45
4.3.1. Hasil Uji Normalitas.....	45
4.3.2. Hasil Uji Linearitas	47
4.3.3. Hasil Uji Multikolinearitas	48
4.3.4. Hasil Uji Heteroskedasitas	49
4.3.5. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	49
4.4. Hasil Uji Hipotesis	50
4.4.1. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	50

4.4.2. Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi	51
4.5. Uji Tambahan	53
4.5.1. Independent-Sample T Test.....	53
4.5.2. Uji ANOVA	54
4.6. Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN.....	62
5.1. Kesimpulan.....	62
5.2. Keterbatasan Penelitian	63
5.3. Saran	63
5.3.1. Saran Teoritis	63
5.3.2. Saran praktis	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	69



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert	30
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Prestasi Kerja.....	30
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Stres.....	31
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Kualitas Kehidupan Kerja	31
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas CFA	32
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas	33
Tabel 3. 7 Hasil Uji Normalitas.....	35
Tabel 3. 8 Analisis Matriks Korelasi antar Dimensi	37
Tabel 4. 1 Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Usia	39
Tabel 4. 2 Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Unit/Divisi Kerja.....	39
Tabel 4. 3 Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Lama Bekerja	40
Tabel 4. 4 Deskripsi Umum Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	41
Tabel 4. 5 Hasil Norma Hipotetik	41
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi Hipotetik Prestasi Kerja	42
Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi Hipotetik Stres	42
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Kualitas Kehidupan Kerja.....	42
Tabel 4. 9 Hasil Norma Empirik	43
Tabel 4. 10 Hasil Kategorisasi Empirik Prestasi Kerja	43
Tabel 4. 11 Hasil Kategorisasi Empirik Stres	44
Tabel 4. 12 Hasil Kategorisasi Empirik Kualitas Kehidupan Kerja.....	44
Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 4. 14 Hasil Uji Linearitas Stres terhadap Prestasi Kerja	47
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja.....	48
Tabel 4. 16 Hasil Uji Multikolinearitas	48
Tabel 4. 17 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)	49
Tabel 4. 18 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	50
Tabel 4. 19 Hasil Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi.....	51
Tabel 4. 20 Hasil Statistik Deskriptif dengan Data Demografi.....	53
Tabel 4. 21 Hasil Uji Independent-Sample T Test P dengan Data Demografi	53
Tabel 4. 22 Hasil Uji One Way ANOVA terhadap Prestasi Kerja.....	54
Tabel 4. 23 Hasil Uji One Way ANOVA terhadap Stres	54
Tabel 4. 24 Hasil Uji One Way ANOVA terhadap Kualitas Kehidupan Kerja	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran Penelitian	26
Gambar 4. 1 Boxplot Variabel Stres.....	45
Gambar 4. 2 Boxplot Variabel Kualitas Kehidupan Kerja	45
Gambar 4. 3 Boxplot Variabel Prestasi Kerja	46
Gambar 4. 4 Hasil P-P Plot Uji Normalitas Stres dan Kualitas Kehidupan Kerja terhadap Prestasi Kerja.....	47
Gambar 4. 5 Hasil Uji Heteroskedasitas.....	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian	71
Lampiran 2 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	79
Lampiran 3 Gambaran Subjek Umum Berdasarkan Divisi/ Unit Kerja.....	79
Lampiran 4 Gambaran Subjek Umum Berdasarkan Lama Bekerja	79
Lampiran 5 Gambaran Subjek Umum Berdasarkan Pendidikan Terakhir	80
Lampiran 6 Hasil confirmatory factor analysis (CFA).....	80
Lampiran 7 Hasil Analisis Item Stres.....	81
Lampiran 8 Hasil Analisis Item Kualitas Kehidupan kerja	81
Lampiran 9 Hasil Analisis Item Prestasi Kerja	82
Lampiran 10 Hasil Uji Reliabilitas Prestasi Kerja.....	83
Lampiran 11 Hasil Uji Reliabilitas Stres	84
Lampiran 12 Hasil Uji Reliabilitas Kualitas Kehidupan Kerja	85
Lampiran 13 Hasil Kategorisasi Hipotetik Variabel	86
Lampiran 14 Hasil Kategorisasi Hipotetik Prestasi Kerja.....	86
Lampiran 15 Hasil Kategorisasi Hipotetik Stres	87
Lampiran 16 Hasil Kategorisasi Kualitas Kehidupan Kerja	87
Lampiran 17 Hasil Kategorisasi Empirik Variabel	87
Lampiran 18 Hasil Kategorisasi Empirik Prestasi Kerja.....	88
Lampiran 19 Hasil Kategorisasi Empirik Stres	88
Lampiran 20 Hasil Kategorisasi Empirik Kualitas Kehidupan Kerja	88
Lampiran 21 Hasil Uji Normalitas	89
Lampiran 22 Hasil Uji Linearitas	89
Lampiran 23 Hasil Uji Multikolinearitas	90
Lampiran 24 Hasil Uji Heterokedstasitas	91
Lampiran 25 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	91
Lampiran 26 Hasil Uji Koefisien Determinasi	92
Lampiran 27 Uji Tambahan.....	92
Lampiran 28 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Stres	95
Lampiran 29 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Kualitas Kehidupan Kerja	95
Lampiran 30 Hasil Uji Plagiarisme	99