

**PENGARUH KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL,
DUKUNGAN SOSIAL ORGANISASI, KEBIJAKAN
FLEKSIBILITAS KERJA DAN PELATIHAN MANAJEMEN
STRES KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN
PADA STAFF OPERASIONAL GUDANG PT MAYORA
INDAH Tbk**

SKRIPSI



UNIVERSITAS
Nama : Aulia Ulil Amri
NIM : 43120120036
MERCU BUANA

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA
2025**

**PENGARUH KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL,
DUKUNGAN SOSIAL ORGANISASI, KEBIJAKAN
FLEKSIBILITAS KERJA DAN PELATIHAN MANAJEMEN
STRES KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN
PADA STAFF OPERASIONAL GUDANG**

Skripsi Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan memperoleh Gelar
Sarjana Ekonomi Pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Program Studi Manajemen
Universitas Mercubuana Jakarta



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
TERAKREDITASI - A
Nama : Aulia Ulil Amri
NIM : 43120120036

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

2025

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aulia Ulil Amri
Nim : 43120120036
Program Studi : MANAJEMEN

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah murni hasil karya sendiri apabila saya mengutip dari hasil karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku, saya bersedia dikenai sanksi pembatalan skripsi ini apabila terbukti melakukan tindakan plagiat (penjiplakan).

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.



Jakarta, 03 Februari 2025



Aulia Ulil Amri

43120120036

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Aulia Ulil Amri

NIM : 43120120036

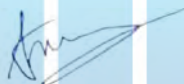
Program Studi : S1 Manajemen

Judul Skripsi : PENGARUH KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL,
DUKUNGAN SOSIAL ORGANISASI, KEBIJAKAN
FLEKSIBILITAS KERJA DAN PELATIHAN MANAJEMEN STRES
KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN PADA STAFF
OPERASIONAL GUDANG PT MAYORA INDAH Tbk

Tanggal Sidang : 12 Maret 2025

Disahkan oleh :

Pembimbing



Eko Tama Putra Saratian, S.E., M.M

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Ketua Program Studi S1 Manajemen



Dr. Nurul Hidayah, M.Si., Ak., CA



Dudi Permana, Ph.D

LPTA-03254926



Scan QR or [click here](#) to
Verification

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha pengasih lagi Maha penyayang yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini tepat pada waktunya. Adapun judul dari Skripsi ini adalah **“Pengaruh Kepemimpinan Transformasional, Dukungan Sosial Organisasi, Kebijakan Fleksibilitas Kerja Dan Pelatihan Manajemen Stres Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Pada Staff Operasional Gudang Pt Mayora Indah Tbk.”**

Pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen mata kuliah Metodologi Penelitian, Ibu Winda Widyanti, Dr. SKM, MM yang telah memberikan tugas kepada penulis dan penulis juga turut mengucapkan terima kasih kepada, Bapak Eko Tama Putra Saratian, SE., MM selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan saran, waktu, bimbingan, dan semangat yang telah diberikan kepada penulis. Penulis juga turut berterima kasih atas bantuan dari berbagai pihak yang berkenan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam pembuatan skripsi ini, terutama kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Dr. Nurul Hidayah, M.Si, Ak selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mercu Buana.
3. Dudi Permana, MM, Ph.D selaku Ketua Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mercu Buana.
4. Seluruh Dosen dan staff Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu yang dimilikinya kepada penulis.

5. Seluruh Karyawan PT. Mayora Indah Tbk. Dari latar belakang posisi pekerjaan, yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.
6. Seluruh teman-teman angkatan 2020 S1 Manajemen, Universitas Mercu Buana yang sangat penulis sayangi dan cintai, terimakasih atas kebersamaannya selama kuliah.
7. Pihak-pihak lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan kontribusi dalam penelitian ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan baik dari segala bahasa, penyusunan kalimat, atau hal lain yang tidak penulis sadari. Oleh karena itu, atas keterbatasan waktu dan kemampuan penulis, maka kritik dan saran yang membangun senantiasa penulis harapkan. Semoga makalah ini dapat berguna bagi penulis pada khususnya dan pihak lain yang berkepentingan pada umumnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 03 Februari 2025

Aulia Ulil Amri

ABSTRAK

Stres kerja merupakan salah satu tantangan utama dalam lingkungan kerja yang dapat memengaruhi kesejahteraan dan produktivitas karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi stres kerja, yaitu Kepemimpinan Transformasi, Dukungan Sosial Organisasi, Kebijakan Fleksibilitas, dan Pelatihan Manajemen Stres. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan staff gudang PT. Mayora Indah Tbk, yang berjumlah 50 orang dan data dalam penelitian kemudian diolah menggunakan Sem-Pls. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak semua variabel memiliki pengaruh signifikan terhadap stres kerja. Dukungan Sosial Organisasi tidak menunjukkan pengaruh yang berarti. Sementara itu, Kebijakan Fleksibilitas memiliki pengaruh signifikan, diikuti oleh Kepemimpinan Transformasi. Variabel yang paling berpengaruh dalam meningkatkan stres kerja adalah Pelatihan Manajemen Stres, menunjukkan bahwa program pelatihan ini memiliki dampak yang kuat dalam meningkatkan stress kerja karyawan PT. Mayora Indah Tbk. Berdasarkan temuan ini, perusahaan disarankan untuk mengevaluasi program Pelatihan Manajemen Stres dan Kebijakan Fleksibilitas guna menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan produktif. Meskipun Kepemimpinan Transformasi juga berpengaruh, fokus utama sebaiknya diberikan pada kebijakan dan pelatihan yang terbukti memiliki tingkat signifikansi yang tinggi terhadap stres kerja.

Kata kunci: stres kerja, kepemimpinan transformasi, dukungan sosial organisasi, kebijakan fleksibilitas, pelatihan manajemen stres.



ABSTRACT

Work stress is one of the major challenges in the workplace that can affect employees' well-being and productivity. This study aims to analyze the factors influencing work stress, namely Transformational Leadership, Organizational Social Support, Flexibility Policies, and Stress Management Training. The sample in this study consists of all warehouse staff employees at PT. Mayora Indah Tbk, totaling 50 people, and the data was processed using SEM-PLS. The study results indicate that not all variables have a significant impact on work stress. Organizational Social Support does not show a meaningful influence. Meanwhile, Flexibility Policies have a significant impact, followed by Transformational Leadership. The variable with the most influence on increasing work stress is Stress Management Training, indicating that this training program has a strong impact on increasing employees' stress levels at PT. Mayora Indah Tbk. Based on these findings, the company is advised to evaluate its Stress Management Training programs and Flexibility Policies to create a healthier and more productive work environment. Although Transformational Leadership also has an influence, the primary focus should be on policies and training programs that have been proven to have a high level of significance in relation to work stress.

Keywords : work stress, transformational leadership, organizational social support, flexibility policies, stress management training.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI	II
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	III
KATA PENGANTAR	IV
ABSTRAK	VI
ABSTRACT	VII
DAFTAR ISI	VIII
DAFTAR TABEL	X
DAFTAR GAMBAR	XI
DAFTAR LAMPIRAN	XII
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG PENELITIAN	1
B. RUMUSAN MASALAH	11
C. TUJUAN PENELITIAN	11
D. KONTRIBUSI PENELITIAN	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS	13
A. KAJIAN PUSTAKA	13
1. <i>Teori Organizational Behavior</i>	13
2. <i>Stress Kerja Karyawan</i>	15
3. <i>Kepemimpinan Transformasional</i>	18
4. <i>Dukungan Sosial Organisasi</i>	21
5. <i>Kebijakan Fleksibilitas Kerja</i>	26
B. PENELITIAN TERDAHULU	33
C. PENGEMBANGAN HIPOTESIS	40
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN	44
B. DESAIN PENELITIAN	44
C. DEFINISI DAN OPERASIONALISASI VARIABEL	45
D. SKALA PENGUKURAN VARIABEL	51

E. POPULASI DAN SAMPEL.....	52
F. METODE PENGUMPULAN DATA	53
G. METODE ANALISIS DATA	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN	60
B. ANALISISI DESKRIPTIF	60
1. <i>Analisis Deskriptif Responden</i>	60
2. <i>Analisis Deskriptif Variabel</i>	62
C. HASIL UJI INSTRUMEN	72
1. <i>Evaluasi Mode Pengukuran (Outer Model)</i>	72
D. HASIL ANALISIS DATA	83
1. <i>Evaluasi Model Sturktural (Inner Model)</i>	83
E. PEMBAHASAN	89
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	96
A. KESIMPULAN.....	96
B. SARAN.....	97
1. <i>Saran Untuk Peneliti Selanjutnya</i>	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN.....	106

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Data Stres Kerja Karyawan Berdasarkan State for The Global Workplace (Southeast Asia).....	1
Tabel 1. 2 Data Tingkat Turnover dan Stres Kerja Karyawan di Industry Perseroan Terbatas	2
Tabel 1. 3 Daftar Peringkat Perusahaan FMCG Di Indonesia Tahun 2020	3
Tabel 1. 4 Hasil Data Pra-Survei Stres Kerja Karyawan	6
Tabel 2. 1 Daftar Penelitian Terdahulu	34
Tabel 3. 1 Operasionalisasi variabel Kepemimpinan Transformasional	48
Tabel 3. 2 Operasionalisasi Variabel Dukungan Sosial Organisasi	49
Tabel 3. 3 Operasionalisasi Dukungan Fleksibilitas Kerja	50
Tabel 3. 4 Operasionalisasi Variabel Pelatihan Manajemen Stres Kerja.....	50
Tabel 3. 5 Operasionalisasi Variabel Pelatihan Stress Kerja	51
Tabel 4. 1 Distribusi Jenis Kelamin Responden	61
Tabel 4. 2 Distribusi Usia Responden.....	61
Tabel 4. 3 Latar Belakang Pendidikan Responden	62
Tabel 4. 4 Hasil Deskriptif Kepemimpinan Transformasional	62
Tabel 4. 5 Hasil Deskriptif Dukungan Sosial Organisasi	64
Tabel 4. 6 Hasil Deskriptif Kebijakan Fleksibilitas Kerja.....	66
Tabel 4. 7 Hasil Deskriptif Pelatihan Manajemen Stress.....	68
Tabel 4. 8 Hasil Deskriptif Stress Kerja.....	69
Tabel 4. 9 Hasil Outer Loadings	73
Tabel 4. 10 Hasil Pengujian Average Variance Extracted (AVE)	75
Tabel 4. 11 Hasil Pengujian Discriminant Validity (Cross Loading)	76
Tabel 4. 12 Fornell-Larcker	78
Tabel 4. 13 Rasio HTMT	80
Tabel 4. 14 Uji Realibilitas Konstrak.....	82
Tabel 4. 15 Hasil R-Square	84
Tabel 4. 16 Hasil F-Square	85
Tabel 4. 17 Hasil SRMR.....	87
Tabel 4. 18 Hasil uji Hipotesis.....	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Penelitian	41
Gambar 4. 1 Outer Model	72
Gambar 4. 2 Inner Model	84



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	106
Lampiran 2. Hasil Kuesioner	108
Lampiran 3. Hasil Sem-PLS.....	112
Lampiran 4. Hasil Turnitin.....	122

