

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DENGAN JENIS  
KELAMIN SEBAGAI MODERATOR PADA KARYAWAN DI SWALAYAN X**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh :**

**MARETA NINDA ARDILLA**

**200701074**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK  
GRESIK  
2024**

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DENGAN JENIS  
KELAMIN SEBAGAI MODERATOR PADA KARYAWAN DI SWALAYAN X**

**SKRIPSI**

Diajukan guna Memenuhi Sebagiaian Persyaratan  
dalam Mencapai Gelar Sarjana Psikologi Pada  
Program Studi Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Gresik

**Disusun Oleh :**

**MARETA NINDA ARDILLA**

**200701074**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK  
GRESIK  
2024**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah atas bantuan Allah SWT dan orang-orang di sekitar saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja Dengan Jenis Kelamin sebagai Moderator pada Karyawan di Swalayan X”. Oleh karena itu saya mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang membantu yang seperti :

1. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi.
2. Ibu Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si. selaku Ketua Prodi Fakultas Psikologi.
3. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali dan selaku Dosen Pembimbing 1.
4. Ibu Asti Candrasasi Catur Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing 2.
5. Bapak Tripan selaku Supervisor yang membantu kami selama di Swalayan X.
6. Keluargaku: Ayah, Mamat, Quin, Rahel, Aqilah, Mas Baim, Teteh Ida, Rustam selaku support sistem dalam rumah.
7. Budhe Soma, Mbak Nana, Mbak Ria selaku support sistem persepupuan.
8. Sugatian selaku support sistem dalam segala rupa dan segala hal termasuk menemaniku hingga penulisan ini selesai.
9. Teman-temanku: Adinda, Carooline, Nita, Puput, Afif, Ela selaku support sistem dalam akhir perkuliahan ini.
10. Aziza Putri Mayada selaku partner yang tanpa lelah menyeret ku hingga akhir perkuliahan ini selesai.
11. Mas Husada selaku Kating yang mempersilahkan laptopnya dipakai untuk menyelesaikan penulisan ini.
12. Serta pihak – pihak lain termasuk penghuni lab psikologi yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.

Saya menyadari bahwa skripsi ini bukan hal yang sempurna, namun besar harapan saya jika skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang-orang yang membacanya.

Gresik, September 2024

Penulis,

## ABSTRAK

### **Mareta Ninda Ardilla (200701074) Jenis Kelamin sebagai Moderator Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan di Swalayan X**

Penelitian ini mengkaji jenis kelamin sebagai moderator pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan di swalayan x. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 53 karyawan dengan teknik *non probability sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner sebagai instrumen penelitian dengan skala beban kerja dan skala stres kerja. Teknik analisis data menggunakan regresi linier berganda dengan uji hipotesis menggunakan analisis regresi moderasi. Hasil penelitian menunjukkan : 1) ada pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan di swalayan x. Nilai koefisien *Rsquare* 0,645 yang berarti terdapat hubungan yang cukup kuat antara pengaruh variabel beban kerja terhadap variabel stres kerja sebesar 64,5% dan sisanya sebesar 35,5% dipengaruhi oleh variabel lain.; 2) jenis kelamin tidak memoderatori pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan swalayan x. hal tersebut dapat disebabkan oleh ha-hal yang tidak diperhatikan seperti: jumlah sampel yang tidak seimbang antara laki-laki dan perempuan, karakteristik pekerjaan, dan masa kerja.

**Kata kunci** : Beban Kerja, Stres Kerja, dan Jenis Kelamin.

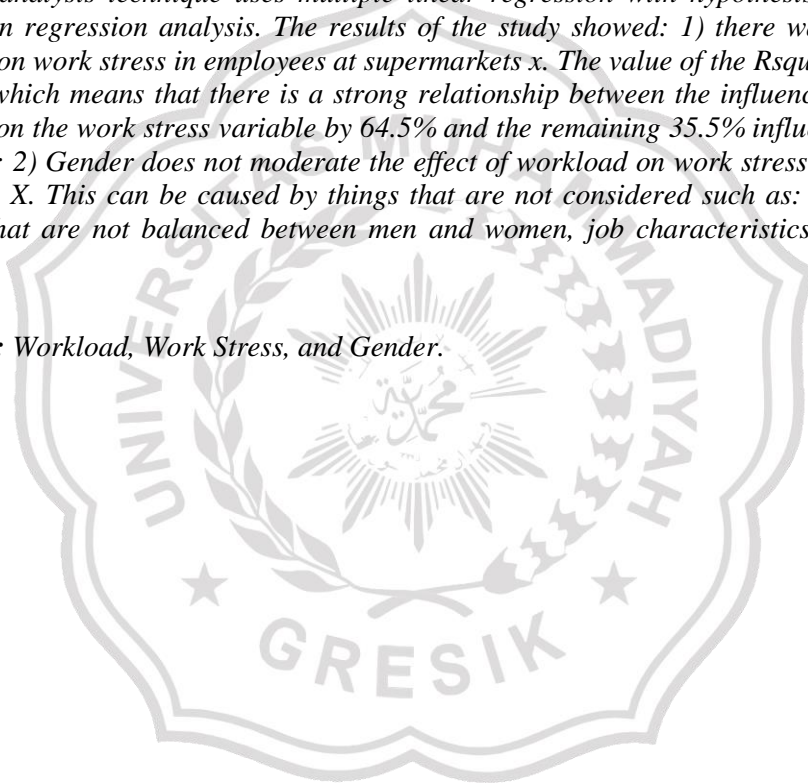


## ABSTRACT

### **Mareta Ninda Ardilla (200701074) *Gender as a Moderator of the Effect of Workload on Employee Work Stress at Supermarket X***

*This study examines gender as a moderator of the influence of workload on work stress in employees at supermarkets x. In this study, a quantitative method was used with a sample of 53 employees with non-probability sampling techniques. Data collection technique by distributing questionnaires as research instruments with workload scale and work stress scale. The data analysis technique uses multiple linear regression with hypothesis testing using moderation regression analysis. The results of the study showed: 1) there was an effect of workload on work stress in employees at supermarkets x. The value of the Rsquare coefficient is 0.645, which means that there is a strong relationship between the influence of workload variables on the work stress variable by 64.5% and the remaining 35.5% influenced by other variables.; 2) Gender does not moderate the effect of workload on work stress in self-service employees X. This can be caused by things that are not considered such as: the number of samples that are not balanced between men and women, job characteristics, and working period.*

**Keywords:** *Workload, Work Stress, and Gender.*



## DAFTAR ISI

<b>Halaman Persetujuan</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>Halaman Pengesahan</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>Halaman Motto</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>Halaman Persembahan</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>iii</b>
<b>Pernyataan Keaslian Skripsi</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>Daftar Isi</b> .....	<b>6</b>
<b>Daftar Tabel</b> .....	<b>9</b>
<b>Daftar Gambar</b> .....	<b>10</b>
<b>Daftar Lampiran</b> .....	<b>11</b>
<b>Abstrak</b> .....	<b>iv</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>v</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah .....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Stres Kerja .....	10
2.1.1 Pengertian Stres Kerja.....	10
2.1.2 Aspek – Aspek Stres Kerja .....	11
2.1.3 Faktor – Faktor Stres Kerja.....	11
2.1.4 Dampak Stres Kerja .....	12
2.2 Beban Kerja .....	13
2.2.1 Pengertian Beban Kerja .....	13
2.2.2 Aspek – Aspek Beban Kerja .....	14

2.2.3 Faktor – Faktor Beban Kerja.....	14
2.3 Jenis Kelamin .....	15
2.3.1 Konsep Jenis Kelamin.....	15
2.3.2 Konsep <i>Gender</i> .....	16
2.3.3 Peran <i>Gender</i> .....	18
2.3.4 Perbedaan Jenis Kelamin Dan <i>Gender</i> .....	20
2.4 Karyawan.....	21
2.5 Hubungan Antar Variabel.....	21
2.5.1 Hubungan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja.....	21
2.5.2 Hubungan Stres Kerja Terhadap Jenis Kelamin .....	22
2.6 Kerangka Konseptual.....	23
2.7 Hipotesis .....	24
 <b>BAB III : METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Jenis Penelitian .....	25
3.2 Identifikasi Variabel .....	25
3.3 Definisi Operasional .....	25
3.4 Populasi Dan Teknik Sampling .....	27
3.4.1 Populasi.....	27
3.4.2 Teknik Sampling.....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.5.1 Skala Stres Kerja.....	29
3.5.2 Skala Beban Kerja.....	29
3.6 Validitas Dan Reliabilitas .....	30
3.6.1 Uji Validitas .....	30
3.6.2 Uji Reliabilitas .....	30
3.7 Teknik Analisis Data .....	31

3.7.1 Uji Asumsi Klasik.....	31
3.7.2 Pengujian Hipotesis .....	32
<b>BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	33
4.1.1 Profil Swalayan X.....	33
4.1.2 Pelaksanaan Penelitian.....	34
4.1.3 Subjek Penelitian .....	35
4.2 Hasil Pengukuran Validitas Dan Reliabilitas.....	37
4.2.1 Hasil Uji Validitas.....	37
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas.....	38
4.3 Hasil Uji Asumsi Dan Uji Hipotesis.....	39
4.3.1 Uji Asumsi .....	39
4.3.2 Uji Hipotesis .....	42
4.4 Kategori Berdasarkan Norma .....	44
4.5 Pembahasan .....	46
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>56</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Verbatim Wawancara Stres Kerja .....	3
Tabel 1. 2 Verbatim Wawancara Penyebab Stres Kerja.....	6
Tabel 1. 3 Penelitian Terdahulu.....	7
Tabel 2. 1 Perbedaan Jenis Kelamin dan Gender .....	20
Tabel 3. 1 Penilaian Skala Stres Kerja .....	28
Tabel 3. 2 Penilaian Skala Beban Kerja.....	28
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Stres Kerja .....	29
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Beban Kerja.....	30
Tabel 4. 1 Presentase Sampel Penelitian .....	35
Tabel 4. 2 Presentase Jenis Kelamin .....	36
Tabel 4. 3 Presentase Usia.....	36
Tabel 4. 4 Uji Validasi Skala Beban Kerja.....	37
Tabel 4. 5 Uji Validitas Skala Stres Kerja.....	38
Tabel 4. 6 Uji Reliabilitas Skala Beban Kerja.....	38
Tabel 4. 7 Uji Reliabilitas Skala Stres Kerja .....	39
Tabel 4. 8 Uji Multikolinieritas .....	441
Tabel 4. 9 Uji Koefisien Determinasi.....	442
Tabel 4. 10 Uji Anova .....	442
Tabel 4. 11 Uji Koefisien Regresi .....	43
Tabel 4. 12 Norma Kategori.....	44
Tabel 4. 13 Hasil Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	44
Tabel 4. 14 Kategori Variabel Beban Kerja .....	44
Tabel 4. 15 Kategori Variabel Stres Kerja .....	45
Tabel 4. 16 Aitem Favorabel Beban Kerja yang Banyak Dipilih.....	47
Tabel 4. 17 Aitem Favorabel Stres Kerja yang Banyak Dipilih .....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual.....	23
Gambar 2 Struktur Organisasi .....	34
Gambar 3 Uji Normalitas .....	40
Gambar 4 Uji Linieitas .....	40
Gambar 5 Uji Heteroskedastisitas .....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	56
Lampiran 2 Surat Expert Judgement .....	57
Lampiran 3 Kartu Bimbingan.....	58
Lampiran 4 Plagiarism Cheker .....	60
Lampiran 5 Blue Print Alat Ukur .....	61
Lampiran 6 Kuesioner Penelitian .....	67
Lampiran 7 Kunci Jawaban Kuesioner.....	71
Lampiran 8 Tabulasi Skoring .....	74
Lampiran 9 Skoring Google Form.....	75
Lampiran 10 Uji Validitas .....	76
Lampiran 11 Uji Reliabilitas .....	80
Lampiran 12 Uji Asumsi Klasik.....	81
Lampiran 13 Uji Hipotesis X terhadap Y jenis kelamin laki-laki .....	83
Lampiran 14 Uji Hipotesis X terhadap Y jenis kelamin perempuan.....	84
Lampiran 15 Uji Hipotesis X terhadap Y moderator jenis kelamin .....	85
Lampiran 16 Sebaran Frekuensi.....	86