

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA
ANGGOTA DITLANTAS POLDA SUMATERA SELATAN**

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

MUHAMMAD CANDRA ILHAM

201810027

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA PALEMBANG
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA
ANGGOTA DITLANTAS POLDA SUMATERA SELATAN**

KARYA AKHIR

Disusun oleh

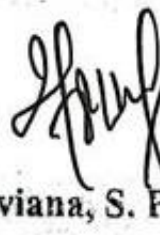
Muhammad Candra Ilham

201810027

Telah disetujui oleh dosen pembimbing

Pada tanggal 7 Agustus 2024

Pembimbing



Rina Oktaviana, S. Psi., M.M.

NIDN : 0216107703

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA
ANGGOTA DILANTAS POLDA SUMATERA SELATAN**

Telah disusun dan dipersiapkan oleh:
MUHAMMAD CANDRA ILHAM
201810027

Telah dipertahankan di depan Penguji Karya Akhir
Pada Tanggal 20 Agustus 2024

Rina Oktaviana, M.M.
NIDN.0216107703

Dr. Itryah, S.Psi. MA.
NIDN.0228098001

Mulia Marita Lasutri Tama, M.Psi., Psikolog.
NIDN.0222059404



Mengetahui,

Dekan Fakultas Social Humaniora

Ketua Program Studi Psikologi



Universitas **Bina
Darma**
Fakultas Sosial Humaniora



Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D.
NIDN. 0012097607

Dr. Itryah, M.A
NIDN. 0228098001

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Candra Ilham
No. Mahasiswa : 201810027
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja
Anggota Dilantas Polda Sumatera Selatan

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Di dalam karya tulis ini tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau oleh orang lain, kecuali kutipan yang diambil dari berbagai teori dengan mencantumkan nama pengarang dan menuliskan hasil kutipan tersebut kedalam daftar rujukan.
4. Karena yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa tugas akhir/skripsi ini diunggah dan dipublikasikan ke dalam internet.
5. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagai mana sesuainya.

Palembang, 16 Agustus 2024

Yang menyatakan


Muhammad Candra Ilham
201810027

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim

Alhamdulillah Hirobbil'alamin. Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala berkat, rahmat, dan pertolongannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Hal ini, tidak lain atas izin Allah SWT serta do'a dari keluarga yang selalu mendukung saya.

Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk ibu dan ayah saya yang selalu memberi semangat, do'a, motivasi, dan dukungan yang tiada henti diberikan dengan sepenuh hati, sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir ini dengan semaksimal mungkin.

Terimakasih kepada calon istri saya Tasha Netir Dwiputri yang telah selalu setia menemani, dan tak henti-hentinya memberikan semangat dan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir ini.

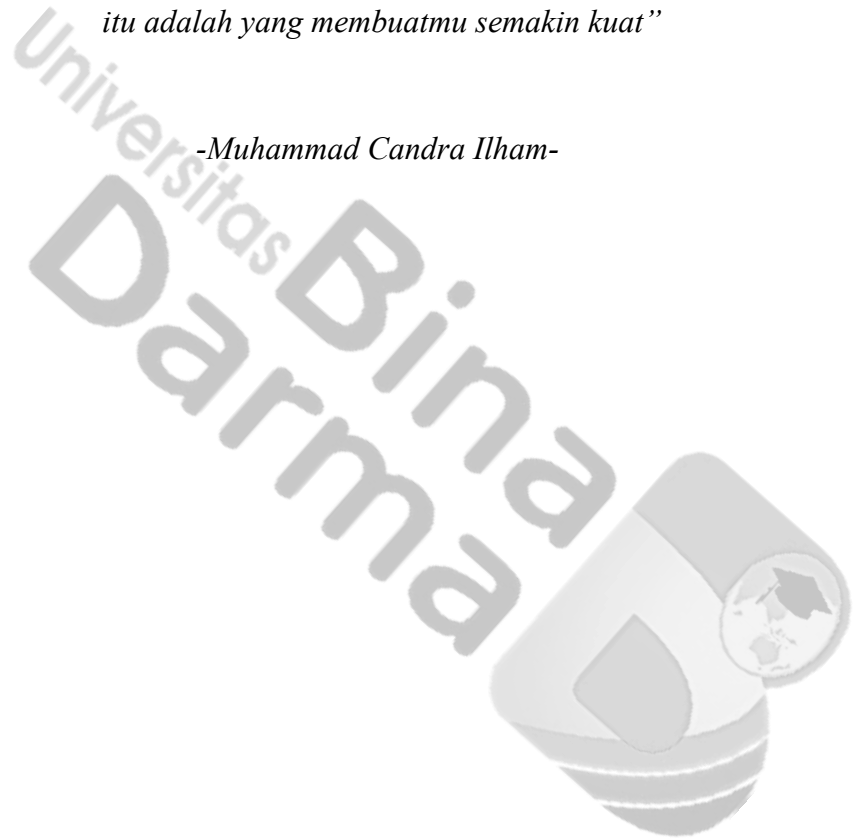
Terimakasih kepada dosen pembimbing saya yang sangat saya hormati dan saya cintai Ibu Rina Oktaviana, S.Psi., M.M, tak henti-hentinya saya mengucapkan terimakasih karena selalumembimbing, memberikan arahan, nasihat, serta masukan yang berguna bagisaya untuk kedepannya hingga saya dapat menyelesaikan karya akhir.

Terimakasih juga kepada seluruh dosen Program Studi Psikologi atas ilmu dan bimbingannya sehingga saya dapat menyelesaikan karya akhir ini. Tiada kata yang indah dan berarti selain terimakasih yang saya ucapkan untuk semuanya, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian semuanya.

HALAMAN MOTTO

*“Apapun yang membuatmu sakititidakmati,
itu adalah yang membuatmu semakin kuat”*

-Muhammad Candra Ilham-



KATA PENGANTAR

Segala Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat, Rahmat dan nikmat Kesehatan serta kesempatan yang telah dianugerahkan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stress Kerja Anggota Ditlintas Polda Sumatera Selatan" Skripsi ini merupakan persyaratan Akademik untuk menyelesaikan Pendidikan Strata satu (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M Selaku Rektor Universitas Bina Darma
2. Bapak Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D Selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma
3. Ibu Dr. Itriyah, S.Psi., MA Selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma
4. Ibu Rina Oktaviana, S.Psi., M.M. Selaku Dosen Pembimbing, Terima kasih telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan serta dukungan dalam menyelesaikan karya akhir ini.

5. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Bina Darma Palembang atas segala ilmu pengetahuan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan
6. Bapak Kombes Pol M. Pratama A, S.H., S.I.K., M.H. Sebagai Direktur Lalu Lintas Polda Sumatera Selatan
7. Seluruh Anggota Direktorat Lalu Lintas Polda Sumatera Selatan
8. Semua Pihak yang telah membantu dalam penyelesaian laporan ini yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

Sebagai manusia biasa penulis menyadari penyusun skripsi ini jauh dari kata sempurna akrena keterbatasan kemampuan dari Ilmu Pengetahuan yang dimiliki oleh Penulis. Oleh karenanya atas kesalahan dan kekurangan dalam penulis skripsi ini, Penulis memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun.

Terakhir, harapan Penulis, semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Palembang, 16 Agustus 2024
Penyusun,



Muhammad Candra Ilham

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB IPENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	13
C. Manfaat Penelitian.....	13
D. Keaslian Penelitian	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Stress Kerja.....	17
1. Pengertian Stress Kerja.....	17
2. Aspek-Aspek Stress Kerja	18
3. Faktor Penyebab Stress Kerja	20
4. Jenis-jenis Stress Kerja	24
B. Beban Kerja	26
1. Pengertian Beban Kerja	26
2. Aspek-Aspek Beban Kerja.....	27
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	31
4. Jenis-Jenis Beban Kerja	33
C. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stress Kerja Anggota Ditlantas Polda Sumsel.....	34
D. Outline Kerangka Berpikir.....	38
E. Hipotesis Penelitian.....	40

BAB II METODE PENELITIAN	41
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
1. Beban Kerja	41
2. Stress Kerja	41
C. Subjek Penelitian.....	42
D. Metode Pengumpulan Data.....	44
1. Beban Kerja	44
2. Stress Kerja	45
E. Teknik Analisis Data.....	46
1. Uji Validitas.....	46
2. Uji Reliabilitas.....	49
2. Uji Asumsi/ Prasyarat	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Orientasi Kancha dan Persiapan.....	51
1. Orientasi Kancha	51
2. Persiapan	61
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	62
1. Uji Coba Alat Ukur.....	62
2. Pelaksanaan Penelitian.....	62
C. Hasil Penelitian	63
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	62
2. Analisis Data Penelitian	69
3. Hasil Analisis Penelitian	74
D. Pembahasan.....	78
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan.....	82
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1Daftar Pembagian Anggota Ditlintas Polda Sumatera Selatan.....	43
Tabel 3.2 Skor Penilaian Aitem.....	44
Tabel 3.3Blueprint Skala Beban Kerja Sebelum Uji Coba	45
Tabel 3.4Blueprint Skala Stress Kerja Sebelum Uji Coba.....	46
Tabel 4.1Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala Beban Kerja	65
Tabel 4.2 Distribusi Skala Beban Kerja untuk Penelitian	65
Tabel 4.3Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala Stress Kerj.....	67
Tabel 4.4Distribusi Skala Stress Kerja untuk Penelitian.....	68
Tabel 4.5Rangkuman Subdit Dilintas Polda.....	69
Tabel 4.6Variabel Beban Kerja dan Stres Kerja.....	70
Tabel 4.7Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur Beban Kerja.....	72
Tabel 4.8Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur Stres Kerja	73
Tabel 4.9Hasil Uji Normalitas.....	75
Tabel 4.10Hasil Uji Linieritas	76
Tabel 4.11Hasil Uji Regresi Sederhana.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Outline Kerangka Berfikir.....	39
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Awal Penelitian

Lampiran 2. Skala Penelitian

Lampiran 3. Validitas dan Rehabilitas Hasil Uji Coba Skal Stres Kerja

Lampiran 4. Validitas dan Rehabilitas Hasil Uji Coba Skal Beban Kerja

Lampiran 5. Deskripsi Data Penelitian

Lampiran 6. Uji Asumsi/prasyarat

Lampiran 7. SK Pembimbing

Lampiran 8. Surat Pengantar Penelitian

Lampiran 9. Surat Ke Bina Darma

Lampiran 10. Lembar Perbaikan Sempro

Lampiran 11. Lembar Perbaikan Semhas

Lampiran 12. Surat Keterangan Lulus

Lampiran 13. Letter Of Acceptance

Lampiran 14. Turnitin

Lampiran 15. Lembar Bimbingan

Lampiran 16. Dokumentasi

Lampiran 17. Formulir Kelayakan Jilid

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRESS KERJA
ANGGOTA DITLANTAS POLDA SUMATERA SELATAN

Muhammad Candra Ilham

201810027

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora

Universitas Bina Darma

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stress kerja anggota ditlantas Polda Sumatera Selatan. Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang sangat signifikan antara beban kerja dengan stress kerja anggota ditlantas Polda Sumatera Selatan. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 127 anggota ditlantas Polda Sumatera Selatan yang digunakan sebagai sampel. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling. Alat ukur yang di gunakan dalam penelitian ini adalah skala beban kerja dan skala stress kerja. Teknik analisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS versi 20. Hasil analisis data penelitian dengan computer menggunakan program SPSS versi 20 for windows, menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,634 koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,402, serta nilai $p = 0,000$. Hasil analisa yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara beban kerja dengan stress kerja sebesar 40,2 %.

Kata kunci : Beban Kerja, Stress Kerja anggota ditlantas Polda

**THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD AND JOB
STRESSMEMBER OF THE SOUTH SUMATRA REGIONAL POLICE
TRAFFIC DIRECTORATE**

Muhammad Candra Ilham

201810027

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora

Universitas Bina Darma

ABSTRACT

This study aims to determine the Relationship Between Workload And Job Stress Members of Polda The South Sumatra. The hypothesis proposed in this study is that there is a Relationship Between Workload And Job Stress Members of Polda The South Sumatra . The population in this study was 127 members of Polda were used as samples. The sampling technique used simple random sampling technique. The measuring instrument used in this study is the workload scale and the job stress scale. The analysis technique uses a simple regression analysis technique with the help of SPSS version 20. The results of the analysis of research data using a computer using the SPSS version 20 for windows program, show the correlation coefficient (r) of 0.634, the coefficient of determination (R Square) of 0.402, and the value of $p = 0.000$. The results of the analysis obtained show that there is a very significant relationship between workload and job stress members of Polda The South Sumatra by 40,2%.

Keywords: Workload, Job Stress