

GAMBARAN STRES KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN *KITCHEN* DI *CAFE* KOTA MADIUN



**Oleh:
ARI TRI ROMADHONA
NIM: 71415003**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA
2020**

GAMBARAN STRES KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN *KITCHEN* DI *CAFE* KOTA MADIUN

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

**ARI TRI ROMADHONA
NIM: 71415003**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA
2020**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Ari Tri Romadhona

Nim : 71415003

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

GAMBARAN STRES KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN *KITCHEN* DI CAFE KOTA MADIUN

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun dan tidak memuat karya orang lain, kecuali yang telah disebutkan dalam daftar pustaka selayaknya karya ilmiah. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Madiun,

Yang membuat pernyataan,



Ari Tri Romadhon

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

GAMBARAN STRES KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN KITCHEN DI
CAFE KOTA MADIUN

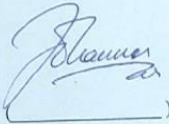
Oleh:

Ari Tri Romadhona

NIM: 71415003

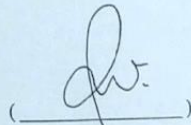
Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing I : Johannes Dicky Susilo, M.Psi, Psikolog.



Surabaya, 18 Juni 2020

Pembimbing II : Marcella Mariska Aryono, M.A.



Madiun, 18 Juni 2020

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun dan diterima
untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal

18 Juni 2020

Mengesahkan

Fakultas Psikologi,



(F. Juni Apsari, M.Si., Psikolog.)

Dewan Penguji:

1. Ketua :

(David Ary Widaksono, M.Si.)

2. Sekretaris :

(Herdina Tyas L., M.Psi., Psikolog.)

3. Anggota :

(Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog.)

4. Anggota :

(Marcella Mariska Aryono, M.A.)

MOTTO

Yakinlah, ada sesuatu yang menantimu setelah sekian banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit.

-Ali bin Abi Thalib

“Sapa sira sapa insung”

(janganlah menggurui, memerintah serta mencampuri urusan orang lain tanpa izin, apalagi memaksa kehendak, biarlah masing-masing memiliki prinsip, pandangan, keyakinan serta pemikiran)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mendapatkan kekuatan, kemudahan, dan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Stres Kerja pada Karyawan Bagian *Kitchen* di *Cafe* Kota Madiun”.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Madiun. Proses pembuatan skripsi ini banyak menerima bantuan, bimbingan, dukungan dan kebaikan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti ingin memberi ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dra. Fransisca Mudjijanti, M.M., selaku Wakil Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.
2. Bapak David Ary Wicaksono, M.Si., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun. Terima kasih sudah memberi dukungan dan semangat kepada peneliti baik selama perkuliahan maupun selama pengerjaan skripsi ini.
3. Bapak Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing pertama dalam pengerjaan skripsi ini. Terima kasih karena sudah meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih telah memberi arahan dengan membalas email dan pesan peneliti, memberi masukan dan saran kepada peneliti dengan sabar dan ramah selama pengerjaan skripsi ini.
4. Ibu Marcella Mariska Aryono, M.A., selaku dosen pembimbing kedua dalam pengerjaan skripsi ini. Terima kasih sudah meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti dalam mengerjakan skripsi ini. Terimakasih sudah menjadi dosen pembimbing yang sangat sabar selama pengerjaan skripsi

maupun dalam perkuliahan. Terima kasih atas arahan, masukan dan saran selama pengerjaan skripsi dari awal sampai selesai.

5. Ibu Herdina Tyas Leylasari, M.Psi., Psi., selaku wali studi psikologi angkatan 2015. Terima kasih sudah memberikan dukungan, saran, masukan, dan membimbing peneliti dalam perkuliahan.
6. Dosen Fakultas Psikologi Bapak Andi Cahyadi, M.Psi., Psi., Ibu Robik Anwar Dani, M.Psi., Psi. Terima kasih atas ilmu yang diberikan selama perkuliahan.
7. Ibu Rinanda Wardani S.Psi. selaku Kepala Biro Psikologi, yang telah memfasilitasi peneliti untuk belajar lebih banyak dalam hal tes psikologi.
8. Mbak Amel dan Bu Kris selaku karyawan tata usaha di Fakultas Psikologi karena sudah membantu peneliti dalam hal surat menyurat dan administrasi yang di perlukan selama peneliti menjadi mahasiswa psikologi sampai selesai.
9. Teman-teman psikologi angkatan 2015. Terimakasih sudah berdinamika dan berproses bersama selama perkuliahan dari awal hingga akhir. Semoga kita kelak menjadi orang yang sukses dan bermanfaat bagi orang lain.
10. Terimakasih sebelumnya untuk kedua orang tua saya dan kakak-kakak saya yang selalu memberi semangat setiap harinya untuk mengerjakan skripsi dari awal sampai selesai.
11. Terimakasih Imas Angeline yang selalu membantu menemani dan memberi semangat dalam mengerjakan skripsi dari awal hingga selesai.
12. Teman-teman HMPS Psikologi, rekan kerja *Cafe Songo*, KKN Desa Jagir 2019. Terima kasih atas dukungannya, sudah berproses bersama, mengajarkan arti kerja sama, dan canda tawa yang diberikan. Semoga kita kelak menjadi orang yang sukses dan bermanfaat bagi orang lain.
13. Terimakasih kepada semua manager atau *supervisor cafe* yang sudah memberi izin dalam penelitian saya.
14. Ibu dan Bapak petugas perpustakaan yang sudah memfasilitasi dan membantu kenyamanan selama peneliti menggunakan

perpustakaan untuk mengerjakan skripsi dan mencari referensi buku serta jurnal.

15. Mbak Nuk, Mas Cil dan Bu Waro yang menyediakan makanan dan minuman di kantin. Terima kasih sudah menjadi teman curhat colongan di kantin.
16. Seluruh pihak yang telah mengenal dan membantu peneliti yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah bersedia dengan baik dan senang hati memberikan peneliti informasi terkait penelitian ini sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi semua masyarakat yang membaca skripsi ini.

Madiun, 28 Mei 2020

Ari Tri Romadhona

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAKSI.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I <u>PENDAHULUAN</u>	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II <u>TINJAUAN PUSTAKA</u>	5
2.1 Stres Kerja.....	5
2.1.1 Pengertian Stres	5
2.1.2 Pengertian Kerja.....	5
2.1.3 Pengertian Stres Kerja.....	6
2.1.4 Aspek-aspek Stres Kerja	6
2.1.5 Faktor- Faktor yang mempengaruhi Stres Kerja.....	7
2.1.6 Dampak stres kerja.....	8
2.1.7 Jenis – jenis Stres.....	8
2.2 Karyawan	9
2.3 Cafe	9
2.4 Kitchen	10
2.5 Kerangka Berpikir.....	10
BAB III <u>METODE PENELITIAN</u>	12
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	12
3.1.1 Populasi.....	12
3.1.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	12

3.2 Definisi Operasional Penelitian.....	12
3.3 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	12
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	13
3.5 Validitas dan Reliabilitas	14
3.5.1 Uji Validitas Skala	14
3.5.2 Uji Reliabilitas skala	14
3.6 Teknik Analisis data.....	14
3.7 Prosedur Penelitian	15
3.7.1 Tahap Persiapan	15
3.7.2 Tahap Pengumpulan Data	15
3.7.3 Tahap Analisis Data.....	15
BAB IV <u>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</u>	16
4.1 Orientasi Kancan Penelitian.....	16
4.2 Persiapan Pengambilan Data.....	17
4.3 Pelaksanaan Penelitian	18
4.4 Hasil Penelitian	19
4.4.1 Uji Validitas	19
4.4.2 Uji Reliabilitas	20
4.5 Gambaran stres kerja pada karyawan bagian <i>kitchen</i> di <i>cafe</i> kota Madiun berdasarkan aspek fisik.....	23
4.6 Gambaran stres kerja pada karyawan bagian <i>kitchen</i> di <i>cafe</i> kota Madiun berdasarkan aspek psikis.....	24
4.7 Gambaran stres kerja pada karyawan bagian <i>kitchen</i> di <i>cafe</i> kota Madiun berdasarkan aspek perilaku.....	25
BAB V <u>PENUTUP</u>	27
5.1 Bahasan	27
5.2 Simpulan	29
5.3 Saran	30
DAFTAR PUSTAKA.....	31

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 <i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja.....	13
Tabel 4.2 Skor Pernyataan.....	18
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja	20
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Skala Stres Kerja.....	22
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Mean Ideal dan SD Ideal pada Aspek	
Tabel 4.6 Kategorisasi Batasan Nilai Setiap Aspek	23
Tabel 4.7 Kategori Stres Kerja pada Karyawan Bagian <i>Kitchen</i> di <i>Cafe</i> pada Aspek Fisik.....	23
Tabel 4.8 Kategori Stres Kerja pada Karyawan Bagian <i>Kitchen</i> di <i>Cafe</i> pada Aspek Psikis	25
Tabel 4.9 Kategori Stres Kerja pada Karyawan Bagian <i>Kitchen</i> di <i>Cafe</i> pada Aspek Perilaku	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Stres Kerja

Lampiran 2 Hasil *Try Out* Skala Stres Kerja

Lampiran 3 Hasil Setelah *Try Out* Setiap Aspek Stres Kerja

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

ABSTRAKSI

Ari Tri Romadhona (2019). Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Bagian *Kitchen* di *Cafe* Kota Madiun. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.

ABSTRAKSI

Stres kerja adalah interaksi antara sifat-sifat pekerja dengan kondisi pekerjaan yang dapat mengancam individu sehingga dapat menimbulkan dampak negatif bagi fisik maupun psikis karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres kerja karyawan bagian *kitchen* di *cafe* kota Madiun. Jumlah subyek dalam penelitian ini sebanyak 35 orang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan data menggunakan skala. Analisis data menggunakan program SPSS 22.0 *for Windows*. Hasil analisis item menghasilkan 17 item sah dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,845. Secara keseluruhan hasil penelitian stres kerja karyawan *cafe* bagian *kitchen* di kota Madiun, 2 karyawan (6%) termasuk dalam kategori sangat tinggi, 11 karyawan (31,3%) termasuk dalam kategori tinggi, 11 karyawan (31,3%) termasuk dalam kategori sedang, 11 karyawan juga termasuk dalam kategori rendah dan tidak ada satu pun dalam kategori sangat rendah. Ditinjau dari masing-masing aspek pada stres kerja karyawan *cafe* bagian *kitchen*, 15 karyawan *kitchen* berada di kategori tinggi pada aspek perilaku. Hal ini menunjukkan bahwa hampir sebagian karyawan di bagian *kitchen* menunjukkan stres kerja yang tinggi pada aspek perilaku.

Kata Kunci: stres kerja, *kitchen*, *cafe*

ABSTRACT

Work stress is an interaction between the characteristics of workers with working conditions that can question individuals so that it can have a negative impact on physical and psychological employees. This study aims to determine the stress image of the employees of the kitchen section at the cafe in Madiun. The number of subjects in this study were 35 people. This research is a quantitative descriptive study. Data collection techniques using scale. Data analysis using the SPSS 22.0 program for Windows. The results of item analysis produce 17 valid items with a reliability coefficient of 0.845. Overall research results of work stress kitchen cafe employees in the city of Madiun, 2 employees (6%) included in the very high category, 11 employees (31.3%) included in the high category, 11 employees (31.3%) included in the category meanwhile, 11 employees were included in the low category and none in the very low category. In terms of each aspect of work stress cafe employees in the kitchen section, 15 kitchen employees depend on the high category on the aspect of relationships. This shows that most of the employees (43%) deal with stress in the high category.

Keywords: work stress, kitchen, café