



**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK DAN MENTAL TERHADAP  
STRES KERJA PADA KARYAWAN DI INSTALASI RAWAT  
INAP PUSKESMAS GUCIALIT KABUPATEN LUMAJANG**

**INFLUENCE OF PHYSICAL AND MENTAL WORKLOAD OF STRESS  
WORKING ON EMPLOYEES IN THE INSTALLATION OF INPATIENT  
HEALTH DISTRICT GUCIALIT LUMAJANG**

**SKRIPSI**

Oleh :

Rifki Ardini

NIM. 110810201313

**UNIVERSITAS JEMBER**

**FAKULTAS EKONOMI**

**2013**



**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK DAN MENTAL TERHADAP  
STRES KERJA PADA KARYAWAN DI INSTALASI RAWAT  
INAP PUSKESMAS GUCIALIT KABUPATEN LUMAJANG**

**INFLUENCE OF PHYSICAL AND MENTAL WORKLOAD OF STRESS  
WORKING ON EMPLOYEES IN THE INSTALLATION OF INPATIENT  
HEALTH DISTRICT GUCIALIT LUMAJANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ekonomi  
Pada Fakultas Ekonomi Universitas Jember**

Oleh :

Rifki Ardini

NIM.110810201313

**UNIVERSITAS JEMBER  
FAKULTAS EKONOMI  
2013**

**JUDUL SKRIPSI**

PENGARUH BEBAN KERJA FISIK DAN MENTAL TERHADAP STRES  
KERJA PADA KARYAWAN DI INSTALASI RAWAT INAP PUSKESMAS  
GUCIALIT KABUPATEN LUMAJANG

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

**Nama** : Rifki Ardini  
**NIM** : 110810201313  
**Jurusan** : Manajemen

Telah dipertahankan di depan panitia penguji pada tanggal :

06 Januari 2014


Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan guna memperoleh Gelar Sarjana Ekonomi pada Fakultas Ekonomi Universitas Jember.

**SUSUNAN TIM PENGUJI**

**Ketua** : Dr. Handriyono, M.Si : (.....)  
NIP 19620802 199002 1 001  
**Sekretaris** : Drs. Agus Priyono, MM : (.....)  
NIP 19601016 198702 1 001  
**Anggota** : Ema Desia P. SE, MM : (.....)  
NIP 19791221 200812 2 002

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ekonomi  
Universitas Jember



  
Dr. Mochammad Fathorrazi, M.Si  
NIP. 19630614 199002 1 001

## RINGKASAN

**Pengaruh Beban Kerja Fisik Dan Mental Terhadap Stress Kerja Pada Karyawan Di Instalasi Rawat Inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang;** Rifki Ardini; 110810201313; 2013; 95 halaman; Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Jember.

Stress merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang. Pada puskesmas gucialit ini terjadi fenomena dimana seorang karyawan mengalami tekanan dalam pekerjaannya. Dalam hal ini adalah tingkat stress kerja yang tinggi yang dialami karyawan rawat inap Puskesmas Gucialit. Hal tersebut dikarenakan banyaknya intensitas pengunjung yang dirawat setiap harinya pada Puskesmas ini. Semakin banyak pengunjung maka akan semakin berat beban kerja yang ditanggung oleh karyawan. Semakin berat beban kerja yang ditanggung oleh karyawan maka akan semakin berat pula risiko karyawan yang bekerja di tempat tersebut untuk terkena stress. Tujuan dari penelitian ini antara lain untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh beban kerja fisik dan beban mental secara parsial terhadap stres kerja pada Karyawan di Instalasi Rawat Inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang, untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh beban kerja fisik dan mental secara simultan terhadap stres kerja pada karyawan di Instalasi Rawat Inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang.

Penelitian ini merupakan penelitian *explanatory* yaitu penelitian yang menjelaskan hubungan kausal dan menguji keterkaitan antara beberapa variabel melalui pengujian hipotesis atau penelitian penjelasan. Populasi penelitian ini adalah karyawan Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang sebanyak 32 orang. Penelitian ini merupakan penelitian sensus dengan responden seluruh anggota populasi sebanyak 32 orang. Alat analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah regresi linier berganda dengan variabel dependen stress kerja dan variabel independen beban kerja fisik dan beban kerja mental.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial beban kerja fisik berpengaruh signifikan terhadap stress kerja pada karyawan di instalasi rawat inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang, dan beban kerja mental berpengaruh tidak signifikan terhadap stress kerja pada karyawan di instalasi rawat inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang. Hasil penelitian secara simultan beban kerja fisik dan beban kerja mental berpengaruh signifikan terhadap stres kerja pada karyawan di instalasi rawat inap Puskesmas Gucialit Kabupaten Lumajang.

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>viii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
 <b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	 <b>6</b>
2.1 Landasan Teori.....	6
2.1.1 Pengertian Beban Kerja .....	6
2.1.2 Pengertian Beban Kerja Fisik.....	6
2.1.3 Pengertian Beban Kerja Mental .....	7
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja Fisik dan Beban Kerja Mental .....	8
2.1.5 Indikator Beban Kerja Fisik dan Mental.....	8
2.1.6 Pengertian Stres Kerja.....	9

2.1.7 Jenis-Jenis Stres .....	10
2.1.8 Pembangkit Stres Kerja.....	10
2.1.9 Akibat Stres Kerja .....	13
2.1.10 Mengatasi Stres Kerja .....	14
2.1.11 Indikator Stres Kerja .....	14
2.1.12 Hubungan Antara Beban Kerja Fisik dan Beban Kerja Mental Terhadap Stres Kerja.....	14
2.2 Penelitian Sebelumnya .....	15
2.3 Kerangka Konseptual .....	17
2.4 Hipotesis.....	19
<b>BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	20
3.2 Populasi dan Sampel .....	20
3.3 Jenis dan Sumber Data .....	21
3.4 Metode Pengumpulan Data .....	21
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian.....	22
3.6 Definisi Operasional Variabel dan Skala Pengukuran Variabel .....	22
3.6.1 Definisi Operasional Variabel.....	22
3.6.2 Skala Pengukuran Variabel .....	23
3.7 Metode Analisis Data .....	24
3.7.1 Uji Instrumen .....	24
3.7.2 Analisis Regresi Linier Berganda .....	26
3.7.3 Uji Asumsi Klasik .....	26
3.7.4 Uji Hipotesis .....	29
3.8 Kerangka Pemecahan Masalah .....	32
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
4.1 Gambaran Umum Puskesmas.....	34
4.1.1 Visi dan Misi Puskesmas Gucialit .....	36
4.1.2 Struktur Organisasi Puskesmas Gucialit .....	37

4.1.3 Aspek Personalia .....	46
4.2 Analisis Deskriptif Karakteristik Responden.....	48
4.2.1 Deskriptif Umur Responden .....	48
4.2.2 Dekriptif Jenis Kelamin Responden.....	49
4.2.3 Deskriptif Shift Kerja Responden .....	49
4.2.4 Deskriptif Masa Kerja Responden .....	50
4.2.5 Deskriptif Status Pernikahan Responden .....	50
4.2.6 Deskriptif Strata Pendidikan Responden .....	51
4.3 Hasil Analisis Data.....	51
4.3.1 Uji Instrumen .....	51
4.3.2 Analisis Regresi Linier Berganda .....	56
4.3.3 Uji Asumsi Klasik .....	57
4.3.4 Uji Hipotesis .....	60
4.4 Pembahasan.....	63
4.4.1 Pengaruh Beban Kerja Fisik Terhadap Stres Kerja Karyawan .....	63
4.4.2 Pengaruh Beban Kerja Mental Terhadap Stres Kerja Karyawan .....	63
4.4.3 Pengaruh Beban Kerja Fisik dan Mental Terhadap Stres Kerja Karyawan .....	64
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>65</b>
5.1 Kesimpulan .....	65
5.2 Saran.....	65

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**