



**PENGARUH STRESS KERJA, BEBAN KERJA DAN SHIFT KERJA
TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN CV. LINTANG
KONVEKSI**

Oleh

ANNISA LUTFIYANA

NIM 201511108

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2020



**PENGARUH STRESS KERJA, BEBAN KERJA DAN SHIFT KERJA
TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN CV. LINTANG
KONVEKSI**

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat
untuk menyelesaikan jenjang pendidikan
Strata satu (S1) pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Muria Kudus

Oleh

ANNISA LUTFIYANA

201511108

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2020

**PENGARUH STRESS KERJA, BEBAN KERJA DAN SHIFT KERJA TERHADAP
KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN CV LINTANG KONVEKSI**

Skripsi ini telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Fakultas
Ekonomi dan Bisnis Universitas Muria Kudus

Tanggal, 26 Februari 2020

Kudus, 26 Februari 2020

Mengetahui

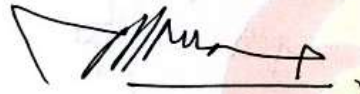
Ketua Program Studi Manajemen



(Dina Lusianti, SE., MM., AAK)

NIDN. 0630098401

Pembimbing I



(Drs. H. M. Masruri, MM)

NIDN. 0601085601

Mengetahui

Dekan Fakultas Ekonomi dan bisnis



(Dr. H. Mochamad Edris, Drs., MM.)

NIDN. 0618066201

Pembimbing II



(Nurul Rizka Arumsari, SE., MM)

NIDN. 0628048702

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"The Best Revenge For The People Who Have Insulted You Is The Success That You Can Show Them Later"

"*Sesungguhnya Bersama Kesukaran Itu Ada Kemudahan Karena Itu Bila Kau Telah Selesai (Mengerjakan Yang Lain) Dan Kepada Tuhan Berharaplah*"

(Q;S Al Insyirah :6-8)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kelancaran atas terselesainya skripsi saya.
2. Terimakasih untuk kedua orangtuaku doa ayah dan ibuku atas segala dukungan arahan dan nasihatnya.
3. Terimakasih untuk adikku yang telah memberikan saya semangat.
4. Terimakasih untuk *"my dear" you are the best partner.*
5. Terimakasih untuk sahabat-sahabat ku yang selalu mendukungku.
6. Terimakasih untuk dosen-dosen yang selalu senantiasa membimbing ku.
7. Almamater UMK.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh stress kerja, beban kerja dan shift kerja terhadap kelelahan kerja pada Karyawan CV. Lintang Konveksi”**

Adapun skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan jenjang pendidikan Strata Satu (S1) Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muria Kudus. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat secara langsung maupun tidak langsung selama penyusunan skripsi ini hingga selesai. Secara khusus, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. H. Mochamad Edris, Drs, MM, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muria Kudus.
2. Dina Lusianti, SE, MM, AAK, selaku Kaprodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muria Kudus.
3. Drs. H. M. Masruri, MM, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan pengarahan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Nurul Rizka Arumsari, SE., MM, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pengarahan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta Staff pengajar di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muria Kudus.

6. Pihak perusahaan CV. Lintang Konveksi, pimpinan dan karyawan yang telah menyediakan informasi yang dibutuhkan serta bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner yang diberikan.
7. Orang tua tercinta untuk doa, kasih sayang, nasihat dan semangat yang selalu diberikan selama ini, sehingga semua proses studi dan penyusunan skripsi dapat berjalan lancar.
8. Sahabat-sahabat yang selalu memberi bantuan, waktu, kebersamaan, pengalaman dan kenangan selama kuliah serta teman-teman Fakultas Ekonomi dan Bisnis Progdil Manajemen angkatan 2015.
9. Semua pihak yang telah terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung selama penyusunan skripsi ini hingga selesai.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Kudus, 2020

Penulis

Annisa Lutfiyana

NIM 201511108

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
RINGKASAN / ABSTRAKSI	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.3 Perumusan Masalah	7
1.4 Tujuan Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	10
2.2 Kelelahan Kerja	10
2.2.1 Pengertian Kelelahan Kerja	10
2.2.2 Faktor Penyebab Kelelahan Kerja	11
2.2.3 Indikator Kelelahan Kerja	12

2.3	Stress Kerja.....	13
2.3.1	Pengertian Stress Kerja.....	13
2.3.2	Faktor Penyebab Stress Kerja.....	14
2.3.3	Indikator Stres Kerja.....	15
2.4	Beban Kerja.....	16
2.4.1	Pengertian Beban Kerja.....	16
2.4.2	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	17
2.4.3	Indikator Beban Kerja	18
2.5	Shift Kerja	19
2.5.1	Pengertian Shift Kerja	19
2.5.2	Indikator Shift Kerja.....	19
2.6	Hubungan Antar Variabel.....	20
2.6.1	Hubungan Stress Kerja terhadap Kelelahan Kerja	20
2.6.2	Hubungan Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja.....	21
2.6.3	Hubungan Shift Kerja terhadap Kelelahan Kerja.....	21
2.7	Tinjauan Penelitian Terdahulu	22
2.8	Kerangka Pemikiran Teoritis.....	24
2.9	Hipotesis	25

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Rancangan Penelitian	27
3.2	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	27
3.2.1	Variabel Penelitian	27
3.2.2	Definisi Operasional Variabel	28

3.3 Jenis dan Sumber Data	30
3.3.1 Data Primer.....	30
3.3.2 Data Sekunder	31
3.4 Populasi dan Sampel.....	31
3.4.1 Populasi	31
3.4.2 Sampel	31
3.5 Metode Pengumpulan Data	32
3.6 Uji Instrumen Penelitian.....	33
3.6.1 Uji Validitas.....	33
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	36
3.7 Metode Pengolahan data.....	37
3.8 Metode Analisis Data	39
3.9 Pengujian Hipotesis	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum CV. Lintang Konveksi	44
4.1.1 Sejarah CV. Lintang Konveksi.....	44
4.1.2 Visi dan Misi CV. Lintang Konveksi	44
4.1.3 Jenis Produk yang ditawarkan	45
4.2 Penyajian Data.....	45
4.2.1 Karakteristik Identitas Responden.....	45
4.2.2 Deskriptif Variabel Penelitian	47
4.2.2.1 Variabel Stress Kerja (X_1)	47
4.2.2.2 Variabel Beban Kerja (X_2).....	48

4.2.2.3 Variabel <i>Shift</i> Kerja (X_3).....	49
4.2.2.4 Kelelahan Kerja (Y).....	50
4.3 Analisis Data	51
4.3.1 Uji t Parsial.....	53
4.3.2 Uji Berganda.....	56
4.3.3 <i>Adjusted R Square</i>	57
4.4 Pembahasan	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	63
5.2 Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Pembagian Kerja Shift CV. Lintang Konveksi Periode 2019.....	3
Tabel 2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu	22
Tabel 3.1 Data Skala Likert	33
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Variabel Stress Kerja	34
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Variabel Beban Kerja.....	35
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Shift</i> Kerja.....	35
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Variabel Kelelahan Kerja.....	36
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas.....	37
Tabel 4.1 Jenis Kelamin Responden	45
Tabel 4.2 Lama Bekerja Responden	46
Tabel 4.3 Pendidikan Terakhir Responden	47
Tabel 4.4 Frekuensi Variabel Stress Kerja.....	48
Tabel 4.5 Frekuensi Variabel Beban Kerja	49
Tabel 4.6 Frekuensi Variabel <i>Shift</i> Kerja.....	50
Tabel 4.7 Frekuensi Variabel Kelelahan Kerja.....	51
Tabel 4.8 Hasil Regresi	52
Tabel 4.9 Hasil Uji F.....	56
Tabel 4.10 Hasil <i>Ajusted R Square</i>	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir Teoritis 25

