

**TINJAUAN STRES KERJA KARYAWAN PT ANDALAS SURYA JAYA
MEDAN**

TUGAS AKHIR

*Diajukan kepada Tim Penguji Tugas Akhir Program Studi Manajemen Perdagangan
(DIII) sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Ahli Madya*



ALI ZIDANE NAMORA NASUTION

NIM 20134006

PROGRAM STUDI MANAJEMEN PERDAGANGAN

PROGRAM DIII FAKUTLAS EKONOMI

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2023

PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

**TINJAUAN STRES KERJA KARYAWAN
PT ANDALAS SURYA JAYA MEDAN**

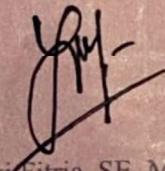
Nama : Ali Zidane Namora Nasution
NIM : 20134006
Program Studi : Manajemen Perdagangan (DIII)
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis (FEB)

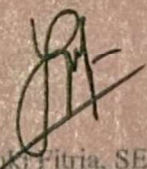
Padang, 10 Juni 2024

Disetujui Oleh,

Diketahui Oleh,
Koordinator Program Diploma
(DIII) Manajemen Perdagangan

Pembimbing Tugas Akhir


Yuki Fitria, SE, MM
NIP. 19820722 201012 2 002


Yuki Fitria, SE, MM
NIP. 19820722 201012 2 002




HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

**TINJAUAN STRES KERJA KARYAWAN
PT ANDALAS SURYA JAYA MEDAN**

Nama : Ali Zidane Namora Nasution
NIM : 20134006
Program Studi : Manajemen Perdagangan (DIII)
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis (FEB)

**Dinyatakan Lulus setelah diuji di depam Tim Penguji Tugas Akhir Program
Studi Manajemen Perdagangan (DIII) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas
Negeri Padang**

Padang, Juni 2024

Nama	Tim Penguji	Tanda Tangan
Yuki Fitria, SE, MM.	(Ketua)	
Dina Patrisia, SE, M.Si, Ph.D	(Penguji)	
Chichi Andriani, SE, MM.	(Penguji)	

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ali Zidane Namora Nasution
Thn,Masuk/NIM : 2020/20134006
Tempat/Tgl, Lahir : Sungai Penuh, 14 Okrober 2002
Program Studi : Manajemen Perdagangan
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis (FEB)
Alamat : Jl. Helvetia By Pass No.60 Desa Helvetia Kecamatan Sunggal
Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara
Judul Tugas Akhir : **Tinjauan Stres Kerja Karyawan PT Andalas Surya
Jaya Medan**

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk kepentingan akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan pemikiran saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing.
3. Dalam Tugas Akhir ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.
4. Tugas Akhir ini sah apabila telah ditanda tangani asli oleh pembimbing, tim penguji dan ketua program studi.

Demikianlah pernyataan ini daya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh karena Tugas Akhir ini, serta sanksi lainnya sesuai aturan yang berlaku.

Padang, 10 Juni 2023

Yang Menyatakan,



Ali Zidane Namora Nasution

ABSTRAK

Judul Tugas Akhir : Tinjauan Stres Kerja Karyawan PT
Andalas Surya Jaya Medan

Pembimbing : Yuki Fitria, SE, MM.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Stres Kerja Karyawan pada PT. Andalas Surya Jaya Medan Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian dilakukan di PT. Andalas Surya Jaya Medan yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan PT. Andalas Surya Jaya Medan. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*, dengan responden sebanyak 79 orang. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stress kerja karyawan pada PT. Andalas Surya Jaya Medan dengan Tingkat Capaian Responden (TCR) Tinjauan Stres Kerja Karyawan dari seluruh indikator sebesar 43,41% , yang artinya tingkat stress kerja di PT Andalas Surya Jaya Medan berada di kategori sedang.

Kata Kunci : Stres Kerja Karyawan

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang mana telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini yang berjudul "Tinjauan Stres Kerja Karyawan PT Andalas Surya Jaya Medan" Dan tidak lupa shalawat serta salam untuk nabi besar Muhammad SAW yang mana telah membawa umat dari zaman jahiliyah (kebodohan) hingga zaman yang penuh ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan seperti saat ini.

Dalam proses pembuatan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik itu yang berupa moril maupun materi, penulis juga banyak mendapatkan bantuan, petunjuk dan saran dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu, antara lain sebagai berikut:

1. Allah SWT yang telah memberikan Kesehatan hingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini dengan tepat waktu.
2. Kepada orang tua yaitu bapak Ali Sutan Nasution dan ibu Yumarlin Chaniago serta adek tercinta saya Naufal Alkhalish yang selalu memberikan do'a dan semangat serta dukungan materil maupun moril kepada penulis.
3. Bapak Prof. Perengki Susanto, SE, M.Sc Ph.D selaku Dekan Faklitas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Yuki Fitria, SE, M.M selaku Ketua Prodi DIII Manajemen Perdagangan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang

dan Dosen Pembimbing Tugas Akhir serta Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan serta nasehat kepada penullis dalam berbagaihal yang berkaitan dengan perkuliahan.

5. Bapak dan Ibu staf Tata Usaha dan Perpustakaan Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah membantu dalam kelancaran administrasi dan perolehan buku-buku penunjang proposal penelitian ini.
6. Saudara Ahmad Shohib, Valen Devista , Andika , Farhan Yoza, dan Athalariq yang sangat baik hati selalu membantu penulis dan sangat membantu dalam keberlangsungan penelitian.
7. Kakak tingkat dan Teman-teman khususnya Program Studi Manajemen Perdagangan Angkatan 2020 yang banyak memberikan saran, bantuan dan dorongan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
8. Semua pihak yang terlibat dalam penulisan dan tidak bisa disebutkan.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan, karena terbatasnya kemampuan, pengalaman, dan pengetahuan. Untuk ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar penulis dapat memperbaiki pada karya ilmiah selanjutnya. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Padang, Juni 2024

Ali Zidane Namora
Nasution (20134006)

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Stres Kerja.....	6
1. Pengertian Stres Kerja.....	6
2. Faktor faktor penyebab stres kerja.....	7
3. Indikator Stres Kerja.....	8
4. Gejala Stres.....	9
5. Tahapan Stres.....	11
6. Jenis Stres Gejala.....	11
BAB III PENDEKATAN PENELITIAN.....	13
A. Bentuk Penelitian Tugas Akhir.....	13
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	13
C. Rancangan Penelitian.....	13
D. Sumber Data dan Teknik Pengumpulan Data.....	15
E. Populasi dan Sampel.....	15
F. Pengukuran Variabel.....	18
G. Teknik Analisis Data.....	18
BAB IV PEMBAHASAN.....	21
A. Profil Perusahaan.....	21
1. Sejarah Perusahaan.....	21

2. Visi dan Misi Perusahaan.....	22
3. Struktur Organisasi.....	23
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	23
1. Deskriptif Karakteristik Responden.....	23
2. Hasil Pengolahan Data.....	27
3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	33
BAB V PENUTUP.....	37
A. Kesimpulan.....	37
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Personil PT. Andalas Surya Jaya Medan dan SUP Padang.....	17
Tabel 2. Skor Jawaban untuk Setiap Pernyataan.....	18
Tabel 3. Gambar Struktur organisasi PT. ASJ Padang dan SUP Padang.....	23
Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	24
Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	24
Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	25
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	26
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Indikator Job Condition.....	27
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Indikator Health System Reform.....	28
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Indikator Job Characteristics.....	29
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Indikator Time Preasure.....	31
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Indikator Consumer Related.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 PT Andalas Surya Jaya..... 21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	41
Lampiran 2 Surat Balasan dari Perusahaan.....	42
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian.....	43
Lampiran 4 Tabulasi Hasil Penelitian	46
Lampiran 5 Tingkat Capaian Responden.....	47

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber daya manusia (SDM) adalah individu yang bekerja sebagai penggerak suatu organisasi, baik itu di dalam institusi maupun perusahaan. SDM merupakan faktor penting dalam suatu bisnis karena menentukan berkembang atau tidaknya sebuah perusahaan atau organisasi. Salah satu yang termasuk ke dalam sumber daya manusia adalah karyawan.

Karyawan merupakan aset terpenting yang memiliki pengaruh sangat besar terhadap kesuksesan sebuah perusahaan, akan tetapi tanpa karyawan perusahaan tidak akan dapat berjalan sama sekali dalam meningkatkan kinerja karyawan, perusahaan harus memilih sumber daya manusia yang berkualitas untuk mendorong perusahaan dengan mengembangkan strategi perusahaan. Seiring dengan beban kerja yang berat dan tanggung jawab yang banyak dapat meningkatkan stres kerja yang tinggi pada sumber daya manusia disuatu perusahaan.

Stres kerja merupakan tekanan yang dialami oleh setiap orang dalam menjalani kehidupan kerjanya, stres sendiri mengandung dua arti yaitu positif dan negatif tergantung bagaimana seseorang dapat mengatasi stres, dalam pandangan positif secara psikologis akan menumbuhkan motivasi dan semangat kerja sedangkan dalam makna negatif dapat menurunkan tingkat kinerja karyawan. Menurut Gilang dalam Fardah & Ayuningtias (2020) stres kerja adalah tertekan batin yang dirasakan oleh karyawan ketika melakukan tugasnya.

Hamali (2018), mengemukakan bahwa: “kondisi yang menciptakan situasi yang penuh tekanan,gejala biasanya yang dialami oleh orang yang tertekan.”

Defenisi lain Karasek (2023), seperti yang disebutkan sebelumnya, mengembangkan Model Tuntutan-Kendali (*Demand-Control Model*) yang mengaitkan stres kerja dengan tingkat tuntutan pekerjaan dan kendali yang dimiliki karyawan. Ia menekankan pentingnya menciptakan pekerjaan yang memberikan kontrol kepada karyawan terhadap tugas dan keputusan mereka, sehingga mengurangi stres.

Sedangkan Karoshi (2023), seperti istilah dalam bahasa Jepang yang mengacu pada kematian mendadak yang disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan. Beberapa ahli seperti Hiroshi Kubota, seorang profesor di Jepang, menyoroti fenomena ini dan menekankan urgensi dalam mengatasi stres kerja yang ekstrem di beberapa industri. Stres kerja merupakan kondisi karyawan yang mengalami tekanan akibat pekerjaan yang diberikan perusahaan kepadanya sehingga karyawan tersebut merasa tidak puas dengan pekerjaannya dan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan olehnya (Pratiwi dan Ardana ,2015)

Salah satu dampak yang paling sering terjadi akibat stres kerja adalah menurunnya kinerja karyawan yang akan menyebabkan kerugian bagi perusahaan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi stres kerja yang berdampak pada kinerja karyawan yaitu faktor organisasi seperti tuntutan tugas, tuntutan peran, tuntutan antarpribadi, struktur organisasi, kondisi pekerjaan, pengorganisasian, dan pengarahan dan faktor lingkungan, seperti kebisingan, suhu, dan pencahayaan maupun faktor individu, seperti kepribadian, kemampuan mengatasi stres, kesehatan fisik, kecerdasan (*IQ*), kecakapan khusus, umur, dan keamanan kerja,

serta faktor tugas, seperti beban kerja yang terlalu berat, tugas yang membutuhkan tanggung jawab tinggi, dan waktu kerja yang padat.

Indikator Stres Kerja menurut Robbins dalam Massie, Areros dan Rumawas, 2018 yaitu tuntutan tugas, yaitu merupakan faktor yang dikaitkan pada pekerjaan seseorang seperti kondisi kerja, tata kerja letak fisik dan tuntutan peran, yaitu berhubungan dengan tekanan yang diberikan pada seseorang sebagai suatu fungsi dari peran tertentu yang dimainkan dalam suatu organisasi maupun tuntutan antar pribadi, yaitu merupakan tekanan yang diciptakan oleh karyawan serta struktur organisasi, yaitu merupakan pengakuan organisasi akan adanya kebutuhan untuk mengkoordinasi pola interaksi para anggota organisasi secara formal dan kepemimpinan organisasi, yaitu memotivasi, memimpin, dan tindakan tindakan lainnya yang melibatkan interaksi dengan orang lain.

Dalam jangka pendek, stres yang dibiarkan begitu saja tanpa penenangan yang serius dari pihak instansi akan mengakibatkan pegawai menjadi tertekan, tidak termotivasi, dan frustrasi yang akhirnya menyebabkan pegawai akan bekerja dengan tidak optimal sehingga kinerja akan terganggu. Dalam jangka panjang, jika pegawai tidak dapat menahan stres kerja maka, ia tidak akan mampu lagi bekerja. Pada tahap yang semakin parah, stres bisa membuat pegawai menjadi sakit bahkan akan mengundurkan diri.

PT. Andalas Surya Jaya Medan merupakan perusahaan transportasi darat yang melayani pengiriman produk minuman PT. Coca Cola Euro Pasifik Medan yang kegiatan operasionalnya tidak terlepas dari peranan karyawan. Dimulai dari karyawan tingkat atas sampai karyawan yang langsung berhubungan dengan proses

pengiriman produk *Delivery Order* (DO) mempunyai kendala atau permasalahan yang menyebabkan timbulnya stres atau tekanan pada saat bekerja. Banyaknya tugas dan tanggung jawab karyawan memiliki pengaruh pada tingkat stres karyawan tersebut yang mengakibatkan karyawan tersebut menambah jam kerja atau lembur.

Adapun fenomena yang sering terjadi pada PT. Andalas Surya Jaya Medan adalah pekerjaan pengiriman produk *Delivery Order* (DO) yang dihasilkan tidak dapat terselesaikan tepat waktu atau *Not Delivery On Time (Not DoT)* dan semua produk tidak terkirim ke tujuan *Not Delivery Fullfillment (Not Df)* , hal tersebut dikarenakan faktor dari stress kerja itu sendiri seperti adanya tuntutan tugas yang mengharuskan karyawan mengambil keputusan secara cepat namun tidak diimbangi dengan kelengkapan informasi pendukung untuk membuat keputusan. Seperti mobil mengalami kerusakan di jalan, supir sakit dan mobil tidak tersedia pada hari itu sehingga terjadinya keterlambatan dalam pengiriman produk. Berdasarkan uraian serta permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat judul penelitian tugas akhir: “ **Tinjauan Stres Kerja pada Karyawan PT. Andalas Surya Jaya Medan** “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana tingkat stres kerja karyawan pada PT. Andalas Surya Jaya Medan ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana tingkat stres kerja karyawan pada PT. Andalas Surya Jaya Medan.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian di atas, maka manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan bahan yang bermanfaat bagi penerapan serta pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Manajemen Sumber Daya Manusia .

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat Bagi Perusahaan

Membantu pihak PT. Andalas Surya Jaya Medan dalam upaya meninjau stres kerja karyawan serta mengambil kebijakan untuk mengurangi stres kerja yang dirasakan karyawannya.

- b. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini diharapkan, peneliti dapat memperdalam ilmu yang telah peneliti dapatkan di dalam kelas dan dapat mempraktekan ilmu tersebut melalui penelitian, yang peneliti lakukan.

- c. Bagi Pihak Lain

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan.