

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA
GURU SD SELAMA PANDEMI COVID-19 DI SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:
NURUL IZZAH
NBI: 1511700013**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA
2021**

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA
GURU SD SELAMA PANDEMI COVID-19 DI SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh:
NURUL IZZAH
NBI: 1511700013

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA
2021**

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA
GURU SD SELAMA PANDEMI COVID-19 DI SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh:
NURUL IZZAH
NBI: 1511700013

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : NURUL IZZAH
NPM :151170013
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA GURU SD SELAMA PANDEMI
COVID-19 DI SURABAYA

Surabaya, 03 Januari 2022
Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I



Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing II



Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**Dipertahankan Di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas
Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna
Mmperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : Surabaya, 10 Januari 2022

Dewan Penguji :

1. **Dr. Andik Matulesy, M.Si**



.....

2. **Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si**



.....

3. **Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog**



.....

**Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,**



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi, M.Si., Psikolog
NPP.20510.02.0552

HALAMAN PENJPLAKAN

TIDAK MELAKUKAN PENJPLAKAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan daftar pustaka

Surabaya, 03 Januari 2022



Nurul Izzah
1511700013



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Tlp. 031 593 1800 (ex.311)
Email : perpus@untag

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nurul Izzah
NPM : 1511700013
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive)* karya ilmiah saya yang berjudul

“Hubungan antara Beban Kerja dengan Stress Kerja pada Guru SD Selama Pandemi Covid-19 di Surabaya”

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 3 Januari 2022

Yang Menyatakan,



(Nurul Izzah)

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”
(Al Baqoroh : 286)

“Sesungguhnya besera kesulitan itu ada kemudahan”
(Al Insyirah : 6)

“Under the dark sky and worried faces, may it brighter tomorrow”

CURRICULUM VITAE

DATA PRIBADI

Nama Lengkap : Nurul Izzah
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat / Tanggal Lahir : Surabaya, 06 November 1998
Suku / Kebangsaan : Jawa / Indonesia
Status : Belum Menikah
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl. Kendangsari Gg 7 No.9
Alamat Email : izzah336@gmail.com
No. Handphone : 081375347569
Jurusan : Psikologi



PENDIDIKAN FORMAL

2003-2004 : TK Iskandar Said Surabaya
2004-2010 : SDI Iskandar Said Surabaya
2010-2013 : SMP Budi Utomo Jombang
2013-2016 : SMA Budi Utomo Jombang
2017-2022 : S1 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk Alm. Bapak dan Ibu saya, ketiga kakak, dan keluarga tercinta saya yang selalu ada untuk saya dan selalu mendoakan yang terbaik untuk saya.

Terima kasih karena selalu ada dan selalu memberikan support kepada saya. Terima kasih untuk kasih sayang dan segala doa yang terus diberikan kepada saya.

KATA PENGANTAR

Bismilahirrahmanirahim

Alhamdulillah segala puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, pencipta alam semesta beserta isinya. Atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SD Selama Pandemi Covid-19 di Surabaya”. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW.

Karya ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah membantu. Karena hal tersebut, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
5. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Pertama yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, perhatian serta bantuannya dalam membimbing penulis hingga menyelesaikan skripsi ini.
6. Aliffia Ananta, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, perhatian serta bantuannya dalam membimbing penulis hingga menyelesaikan skripsi ini.
7. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku dosen wali yang telah memberi pengarahan mengenai mata kuliah dari awal semester.
8. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen mata kuliah umum yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan baru
9. Segenap Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu kami dalam setiap urusan mata kuliah dan sidang skripsi

10. Kepada Ibu dan Mbak Ika terimakasih sudah merawat dan menyayangi saya dari kecil hingga dewasa yang juga telah menjadi figur bapak di keluarga kita, semoga kasih sayang dan kerja keras kalian diberikan balasan yang lebih oleh Allah SWT dan untuk Alm. Bapak gadis kecilmu ini sudah menyelesaikan salah satu tanggung jawabnya sebagai anak semoga engkau disana ikut bangga dan berbahagia.
11. Kepada keluarga dan saudara-saudaraku terimakasih telah menjadi tempat paling nyaman untuk kembali.
12. Untuk Chika dan Nelly terimakasih sudah menemani dan mewarnai masa-masa kuliah saya.
13. Untuk Alfi, Vega, Shinta terimakasih sudah memberikan dukungan serta membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Untuk SEVENTEEN yang selalu mendukungku, menghiburku, dan berada di sisiku di masa tersulitku. Thank you for being the driving force of my life.
15. Untuk diriku sendiri terimakasih sudah berjuang dan bertahan hingga detik ini. Su

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang sehingga peneliti mengharapkan kritik begitupun dengan saran yang mampu membantu kesempurnaan penelitian ini. Peneliti sangat berharap bahwa penelitian ini mampu bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Surabaya, 03 Januari 2022

Penulis



Nurul Izzah

Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Guru SD Selama Pandemi Covid-19 di Surabaya

Nurul Izzah

Izzah336@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru sd selama pandemi Covid-19 di Surabaya. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru sd di Surabaya. Subjek penelitian yang berjumlah 111 guru sd di Surabaya, untuk penyebaran skala peneliti mengirimkan link kuisisioner kepada guru sd tersebut. Teknik pengambilan data dengan cara membagikan *link google form* yang selanjutnya diisi oleh subjek penelitian. Teknik *sampling* menggunakan teknik *incidental sampling*. Metode statistik yang digunakan yaitu uji korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian melalui uji *Product Moment* diperoleh koefisien korelasi yang menunjukkan $\rho = 0,720$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara beban kerja dengan stres kerja. Semakin tinggi beban kerja guru, maka semakin tinggi pula stres kerja yang dimiliki guru tersebut dan sebaliknya semakin rendah beban kerja guru maka semakin rendah stres kerja yang dimilikinya. Melihat dari hasil tersebut hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SD di Surabaya sepenuhnya diterima.

Kata Kunci : Stres Kerja, Beban Kerja, Guru SD

The Relationship Between Workload and Work Stress for Elementary School Teachers During the Covid-19 Pandemic in Surabaya

Nurul Izzah

Izzah336@gmail.com

Faculty of Psychology, University August 17, 1945 Surabaya
Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between workload and work stress for elementary school teachers during the Covid-19 pandemic in Surabaya. The subjects used in this study were elementary school teachers in Surabaya. The research subjects amounted to 111 elementary school teachers in Surabaya, for the distribution of the scale the researchers sent a questionnaire link to the elementary school teacher. The data collection technique is by sharing a *google form link* which is then filled out by the research subject. The *sampling* technique used *incidental sampling technique*. The statistical method used is the correlation test *Product Moment*. The results of the research through the test *Product Moment* obtained a correlation coefficient showing $r = 0.720$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.01$) meaning that there is a very significant positive correlation between workload and work stress. The higher the workload of the teacher, the higher the work stress of the teacher and conversely, the lower the workload of the teacher, the lower the work stress he has. Seeing from these results, the hypothesis that there is a relationship between workload and work stress for elementary school teachers in Surabaya is fully accepted.

Keywords: Work Stress, Workload, Elementary School Teacher

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan Pembimbing	iii
Halaman Pengesahan Tim Penguji.	iv
Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.. ..	v
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.	vi
Halaman Motto.	vii
Curriculum Vitae	viii
Halaman Persembahan	ix
Kata Pengantar.....	x
Abstrak	xii
Abstrct.....	xiv
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel.....	xvii
Daftar Lampiran	xviii
Daftar Gambar	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian.....	6
C. Penelitian Terdahulu.....	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Stres Kerja	9
1. Pengertian Stres Kerja	9
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja.....	10
3. Aspek-Aspek Stres Kerja.....	12
4. Dampak Stres Kerja	15
B. Beban Kerja	17
1. Pengertian Stres Kerja	17
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	18
3. Aspek-Aspek Beban Kerja.....	21
4. Dampak Beban Kerja	24
C. Kerangka Berpikir	25
D. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Populasi dan Sampel.....	28
B. Desain Penelitian.....	28
C. Instrumen Penelitian.....	29
1. Stres Kerja	29
2. Beban Kerja	34
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	39
1. Uji Prasyarat	39
2. Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Hasil Penelitian	42

B. Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Pembahasan	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penetapan <i>Scoring</i> Skala Stres Kerja.....	30
Tabel 3.2 Blueprint Skala Stres Kerja.....	31
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja.....	32
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja Diatas Terdistribusi.....	33
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Stres Kerja.....	34
Tabel 3.6 Penetapan <i>Scoring</i> Skala Beban Kerja.....	35
Tabel 3.7 Blueprint Skala Beban Kerja.....	35
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala Beban Kerja	37
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala Beban KerjaDiatas Terdistribusi	37
Tabel 3.10 Uji Reliabilitas Beban Kerja	38
Tabel 3.11 Uji Normalitas	43
Tabel 3.12 Uji Linieritas Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja	43
Tabel 4.1 Data Pasrtisipan.....	45
Tabel 4.2 Norma Kategorisasi	45
Tabel 4.3 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	46
Tabel 4.4 Norma Kategori Stres Kerja.....	46
Tabel 4.5 Hasil Interpretasi Skor Skala Stres Kerja.....	47
Tabel 4.6 Norma Kategori Beban Kerja.....	48
Tabel 4.7 Hasil Interpretasi Skor Skala Beban Kerja.....	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Product Moment	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 Kuisisioner Skala Stres Kerja.....	56
Lampiran 02 Kuisisioner Skala Beban Kerja.....	60
Lampiran 03 Tabulasi Data Stres Kerja	63
Lampiran 04 Tabulasi Data Beban Kerja	65
Lampiran 05 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Kerja.....	67
Lampiran 06 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Kerja.....	72
Lampiran 07 Hasil Uji Normalitas dan Linieritas.....	77
Lampiran 08 Hasil Analisis Deskriptif Skala Beban Kerja dan Stres Kerja	78
Lampiran 09 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	25
-----------------------------------	----

