

**HUBUNGAN KEJENUHAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA PEGAWAI BIRO SDM POLDA JATENG**



Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Oleh :

**Boyke Nolan Fadila**

**F100180278**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2023**

**Hubungan Kejenuhan Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja  
Pegawai Biro SDM Polda Jateng**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Derajat Sarjana (S-1) Psikologi*

*Diajukan Oleh:*

**Boyke Nolan Fadila**

**F 100 180 278**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KEJENUHAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA PEGAWAI BIRO SDM POLDA JATENG**

*Oleh :*

**Boyke Nolan Fadila**

**F 100 180 278**

*Telah disetujui untuk dipertahankan  
didepan Dewan Penguji*

*Telah disetujui oleh:*

*Pembimbing*



**Achmad Dwityanto, S.Psi, M.Si., Psikolog**

CC-BY-SA

**Surakarta, 10 Januari 2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN KEJENUHAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA PEGAWAI BIRO SDM POLDA JATENG**

Yang diajukan oleh:

**Boyke Nolan Fadila**

**F 100 180 278**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal  
20 Desember 2022  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

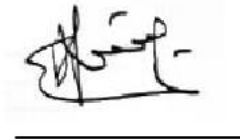
Ketua Sidang

Achmad Dwityanto, S.Psi, M.Si., Psikolog



Penguji I

Dr. Daliman, S.U.



Penguji II

Drs. Soleh Amini. Msi. Psi.



Surakarta, 20 Desember 2023

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



**Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.**

**NIK/NIDN : 799/0629037401**

## SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Boyke Nolan Fadila

NIM : F100180278

Fakultas : Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : HUBUNGAN KEJENUHAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA PEGAWAI BIRO SDM POLDA JATENG

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta, 20 Desember 2022.



Boyke Nolan Fadila

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur alhamdulillah segala puji bagi Allah atas segala nikmat, karunia, serta kemudahan yang telah diberikan kepada peneliti selama proses penulisan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Peneliti memberikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya untuk semua pihak yang telah membantu. Peneliti banyak menerima bimbingan, arahan, dan bantuan serta dorongan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk doa, semangat, fasilitas, kritik, dan saran dari orang-orang tercinta kepada penulis. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang selalu mempermudah dan mengabulkan doa-doa peneliti.
2. Kedua orang tua peneliti yaitu Bapak Tri Budi Santoso dan Ibu Siti Fatimah yang selalu memberi dukungan berupa doa, semangat.
3. Bapak Prof. Taufik Kasturi, S.Psi., M.Si., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Terima kasih kepada Bapak Achmad Dwityanto S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing yang telah berkenan membimbing, menyempatkan waktu dan tenaganya, serta memberikan motivasi kepada peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi.
5. Seluruh Dosen, Staff Tata Usaha, Biro Skripsi dan Olah Data Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan perkuliahan, semoga selalu diberikan keberkahan.
6. Kepada para personel Biro SDM Kepolisian Daerah Jawa Tengah yang telah membantu menyebar dan mengisi kuesioner
7. Terima kasih Fahira Ichlasul Shifa, Anjar Nugraha, Fatimah, David Ageng Prasetyo atas semangat, doa, dan motivasinya yang diberikan setiap hari.

## DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
PENDAHULUAN.....	1
METODE PENELITIAN.....	9
HASIL.....	15
PEMBAHASAN.....	21
KESIMPULAN.....	25
DAFTAR PUSTAKA.....	27
LAMPIRAN.....	31

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala variabel Stress .....	10
Tabel 2. Blue Print Kejenuhan Kerja .....	11
Tabel 3. Blue Print Skala Dukungan Sosial .....	11
Tabel 4. Indeks Validitas dan Reliabilitas.....	12
Tabel 5. Data Demografis .....	15
Tabel 6. Uji Normalitas.....	15
Tabel 7. Uji Linearitas.....	16
Tabel 8. Uji Multikolinieritas.....	17
Tabel 9. Uji Regresi Berganda Variabel Kejenuhan dan Dukungan sosial terhadap Stres kerja.....	18
Tabel 10. Uji Regresi Berganda Variabel Kejenuhan dan Dukungan sosial terhadap Stres kerja Secara Parsial .....	20



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Linieritas.....	16
Gambar 2. Uji Multikolinieritas .....	17
Gambar 3. Uji Heteroskedastisitas .....	18

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner Skala Siap Sebar .....	31
Lampiran 2 Uji Asumsi Klasik .....	38
Lampiran 3 Uji Hipotesis .....	40
Lampiran 4 Surat Olah Data Mandiri.....	41
Lampiran 5 Surat Bukti Fisik .....	42
Lampiran 6 Surat Pernyataan .....	43
Lampiran 7 Uji Turnitin .....	44

**Hubungan Kejenuhan Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja  
Pegawai Biro SDM Polda Jateng**

**The Relationship between Burnout and Social Support for Work Stress in  
the HR Bureau of the Central Java Regional Police**

Boyke Nolan Fadila<sup>1</sup>, Achmad Dwityanto<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>12</sup>

**ABSTRAK**

Stress kerja merupakan salah satu masalah yang paling besar di dalam instansi atau organisasi yang berdampak langsung pada kepuasan dan kinerja di dalam instansi, kepolisian merupakan salah satu instansi yang memiliki beban pekerjaan yang besar yang harus mengayomi dan menjaga ketertiban di masyarakat sehingga anggota kepolisian seringkali mengalami stress kerja yang berlebih yang diakibatkan dari kejenuhan dan kurangnya dukungan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kejenuhan dan dukungan sosial dengan stress kerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan kriteria sampel pegawai biro SDM Polda Jawa Tengah dan bersedia mengisi inform consent. Jumlah sampel yang digunakan 52 subjek yang merupakan seluruh populasi. Instrument penelitian menggunakan skala kejenuhan, dukungan sosial, dan stress kerja berupa kuesioner dan disebarikan melalui secara langsung. Teknik analisis penelitian ini menggunakan regresi linear berganda. Berdasarkan hasil uji hipotesis mayor penelitian yang telah dilakukan berupa didapat data F hitung sebesar 46.830 dan signifikasi 0,000 didapat kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejenuhan dan dukungan sosial terhadap stress kerja pegawai SDM Polda Jawa Tengah. Hasil penelitian mendukung hipotesis minor pertama bahwa variabel Kejenuhan (X1) memiliki hubungan secara parsial dengan stress kerja, dengan  $r = 0,191$  signifikasi 0,000 ( $p < 0,05$ ) mengindikasikan bahwa kejenuhan memiliki hubungan positif yang signifikan dengan stress kerja yang menunjukkan semakin tinggi kejenuhan maka stress kerja akan meningkat. Sedangkan hipotesis minor kedua bahwa variabel dukungan sosial (X2) memiliki hubungan negatif secara parsial dengan stress kerja. Hal ini ditunjukkan oleh  $r = -0,464$  nilai signifikasi  $p = 0,034$  ( $p < 0,05$ ) mengindikasikan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif dengan stress kerja yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka stress kerja akan menurun.

**Kata kunci:** Kejenuhan, Dukungan sosial, Stress Kerja

## ABSTRACT

*Work stress is one of the biggest problems in agencies or organizations that have a direct impact on satisfaction and performance within agencies, the police are one of the agencies that have a large workload that must protect and maintain order in society so that members of the police often experience stress overwork resulting from boredom and lack of social support. The purpose of this study was to determine the relationship between boredom and social support with work stress. This study used a correlational quantitative approach with the criteria for a sample of Central Java Regional Police HR bureau employees who were willing to fill out informed consent. The number of samples used was 52 subjects on population. The research instrument used a scale of boredom, social support, and work stress in the form of a questionnaire and distributed directly. The analysis technique of this research uses multiple linear regression. Based on the results of the major hypothesis test, the research that has been carried out in the form of obtained F count data is 46,830 and a significance of 0.000, it can be concluded that there is a significant relationship between boredom and social support on the work stress of the Central Java Regional Police HR staff. The results of the study support the first minor hypothesis that the burnout variable (X1) has a partial relationship with work stress, with  $r = 0.191$ , a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ) indicating that burnout has a significant relationship with work stress. While the second minor hypothesis that social support variable (X2) has a partially positive relationship with learning motivation. This is indicated by  $r = -0.464$ , a significance value of  $p = 0.034$  ( $p < 0.05$ ) indicating that social support has a negative relationship with work stress.*

**Keywords:** *Burnout, Social support, Work Stress*