

RAHASIA

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

FAKULTAS PSIKOLOGI



ANGKET PENELITIAN

Karakteristik responden

1. Nama Responden : (Boleh tidak diisi)
2. Umur :
3. Pendidikan :
4. Pekerjaan :
5. Lama Bekerja :

PETUNJUK MENGERJAKAN

Di dalam angket ini disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri anda.

Jawaban dituliskan dengan memberi tanda checklist (√) pada pilihan jawaban untuk setiap nomor pada lembar jawab yang telah tersedia. Semua nomor harus diisi dan jangan sampai ada nomor yang terlewati.

Angket ini bukan suatu tes dan tidak ada jawaban salah. Semua jawaban benar jika sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya anda alami atau rasakan. **Jawaban anda kami jamin kerahasiaannya dan tidak akan mempengaruhi nilai/prestasi anda**, sehingga tidak perlu ragu-ragu dalam memberikan jawaban. Atas kesediaanya kami ucapkan terimakasih.

SELAMAT MENGERJAKAN

BAGIAN I

Petunjuk:

Bagian ini terdiri dari 30 pernyataan. Pada bagian ini, Bapak/Ibu/Saudara/i diminta untuk memilih satu kategori pada pernyataan-pernyataan yang ada sesuai dengan kondisi/pendapat Bapak/Ibu/Saudara/i, dengan tanda checklist (√) satu dari empat pilihan jawaban yang Bapak/Ibu/Saudara/i anggap paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu/Saudara/i.

Pilihan jawaban tersebut adalah sebagai berikut:

- SS = Sangat Sesuai
- S = Sesuai
- TS = Tidak Sesuai
- STS = Sangat Tidak Sesuai

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya sering keluar keringat dingin ketika bekerja				
2	Pekerjaan dan tugas saya saat ini membosankan				
3	Saya berusaha menyelesaikan tugas dengan baik				
4	Apa yang saya lakukan tidak membuat saya tertekan				
5	Saya merasa tegang dan cemas dalam menghadapi masalah ditempat kerja				
6	Sehabis kerja saya merasakan ketegangan otot pada bahu dan leher				
7	Saya tidak bisa berkonsentrasi dalam pekerjaan				
8	Saya salalu datang ketempat kerja tepat waktu				
9	Banyaknya beban pekerjaan membuat saya mengalami gangguan pencernaan				
10	Saya jarang menunda-nunda pekerjaan				
11	Saya jarang tidak masuk kerja				
12	Saya sering terlambat masuk kerja				
13	Saya merasa nyaman ketika bekerja				
14	Saya dapat mengendalikan emosi				
15	Tubuh saya tetap bugar meski seharian saya bekerja				
16	Akhir-akhir ini saya sering menunda-nunda pekerjaan				
17	Saya merasa puas dengan pekerjaan yang telah saya lakukan				
18	Saya tidak bisa tidur dengan tenang seusai bekerja				
19	Pada saat bekerja, saya sering melupakan waktu makan				

20	Badan saya sering terasa letih dan lesu saat bekerja				
21	Saya merasa bahwa apapun yang saya lakukan saat ini terasa membosankan sehingga membuat saya tertekan				
22	Saya sering lupa menaruh barang				
23	Walaupun badan saya lelah tapi saya masih bisa tetap bersemangat				
24	Saya tidak mencemaskan akan perkembangan karir saya				
25	Saya tidak ada kesulitan untuk bekerja sama dengan teman kerja				
26	Saya jarang mengalami sakit kepala karena beban kerja saya				
27	Setelah bekerja di sini saya mengalami gangguan pola makan				
28	Akhir-akhir ini saya mudah marah				
29	Saya jarang mengalami masalah dengan lambung saya				
30	Saya selalu tersenyum bila bertemu rekan kerja saya				

BAGIAN II

Petunjuk:

Berikut ini terdapat lima pernyataan yang mungkin anda setuju atau tidak setuju. Indikasikanlah seberapa besar kesetujuan Bapak/Ibu/Saudara/i terhadap pernyataan-pernyataan berikut dengan menandai angka 1-7 sesuai dengan keterangan yang ada pada kolom di sebelah kiri dengan tanda checklist (√). Anda dimohon untuk terbuka dan jujur dengan pendapat Bapak/Ibu/Saudara/i. Keterangan mengenai derajat kesetujuan sebagai berikut:

- 1 = Sangat Tidak Sesuai
- 2 = Tidak Sesuai
- 3 = Agak Tidak Sesuai
- 4 = Netral (Tidak memilih untuk sesuai atau tidak sesuai)
- 5 = Agak Sesuai
- 6 = Sesuai
- 7 = Sangat Sesuai

PERNYATAAN	Jawaban						
	1	2	3	4	5	6	7
1. Banyak cara di dalam hidup saya adalah mendekati hidup yang ideal							
2. Kondisi hidup saya adalah sangat baik							
3. Saya merasa puas dengan hidup saya							
4. Sejauh ini saya telah mendapatkan sesuatu yang penting yang saya inginkan dalam hidup saya							
5. Jika saya dapat mengulang hidup saya lagi, saya tidak akan mengubah apapun.							

BAGIAN III

Petunjuk:

Berikut ini terdapat sejumlah kata-kata yang menggambarkan perasaan dan emosi yang berbeda, atau keadaan yang terjadi karena perasaan dan emosi tertentu. Bacalah setiap kata dan berilah penilaian mengenai seberapa sering perasaan, emosi, atau keadaan tersebut Bapak/Ibu/Saudara/i rasakan **selama anda menjalani pekerjaan.**

Isilah penilaian Bapak/Ibu/Saudara/i di tempat yang telah disediakan untuk setiap kata dengan menggunakan tanda checklist (√). Gunakan derajat yang ada di bawah ini untuk memberi penilaian Anda.

1 = Sangat sedikit atau tidak pernah.

2 = Kadang-kadang.

3 = Biasanya.

4 = Sering.

5 = Hampir selalu atau selalu.

No.	Pernyataan	Jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Aktif (memiliki energi, lincah)					
2	Khawatir					
3	Gelisah					
4	Memberikan perhatian					
5	Memiliki tekad					
6	Gugup					
7	Bersemangat					
8	Malu					
9	Kuat					
10	Terinspirasi (tergerak untuk melakukan sesuatu)					
11	Mudah tersinggung					
12	Waspada					
13	Kasar (menunjukkan perasaan bermusuhan, tidak ramah)					
14	Takut					
15	Bangga					
16	Bersalah					
17	Gembira					
18	Kecewa					
19	Tertarik pada sesuatu					
20	Tertekan					

KATEGORISASI STRES KERJA

Aitem Valid : 20

Skor : 1,2,3,4

RERATA EMPIRIK : 39,78

RERATA HIPOTETIK : $20 \times 2,5 = 50$

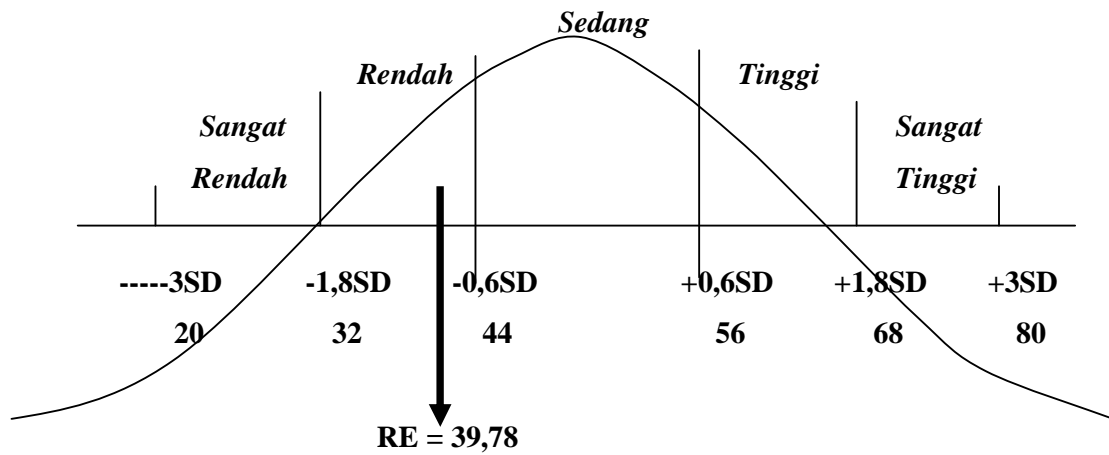
Skor tinggi $4 \times 20 = 80$

Skor rendah $1 \times 20 = 20$

Rentang $80 - 20 = 60$

$$SD = \frac{60}{6} = 10$$

I.	$RH + 1,8 (SD)$ $50 + 1,8 (10)$ 68	$\leq X <$	$RH + 3 (SD)$ $50 + 3 (10)$ 80	(Sangat Tinggi)
II.	$RH + 0,6 (SD)$ $50 + 0,6 (10)$ 56	$\leq X <$	$RH + 1,8 (SD)$ $50 + 1,8 (10)$ 68	(Tinggi)
III.	$RH - 0,6 (SD)$ $50 - 0,6 (10)$ 44	$\leq X <$	$RH + 0,6 (SD)$ $50 + 0,6 (10)$ 56	(Sedang)
IV.	$RH - 1,8 (SD)$ $50 - 1,8 (10)$ 32	$\leq X <$	$RH - 0,6 (SD)$ $50 - 0,6 (10)$ 44	(Rendah)
V.	$RH - 3 (SD)$ $50 - 3 (10)$ 20	$\leq X <$	$RH - 1,8 (SD)$ $50 - 1,8 (10)$ 32	(Sangat Rendah)



Interval skor	Kategorisasi	Rerata Empirik	frekuensi	Prosentase
$68 \leq x < 80$	Sangat Tinggi			
$56 \leq x < 68$	Tinggi		2	4%
$44 \leq x < 56$	Sedang		12	22%
$32 \leq x < 44$	Rendah	39,78	35	65%
$20 \leq x < 32$	Sangat Rendah		5	9%

KATEGORISASI KEPUASAN HIDUP

Aitem Valid : 5

Skor : 1,2,3,4,5,6,7

RERATA EMPIRIK : 18,07

RERATA HIPOTETIK : $5 \times 4 = 20$

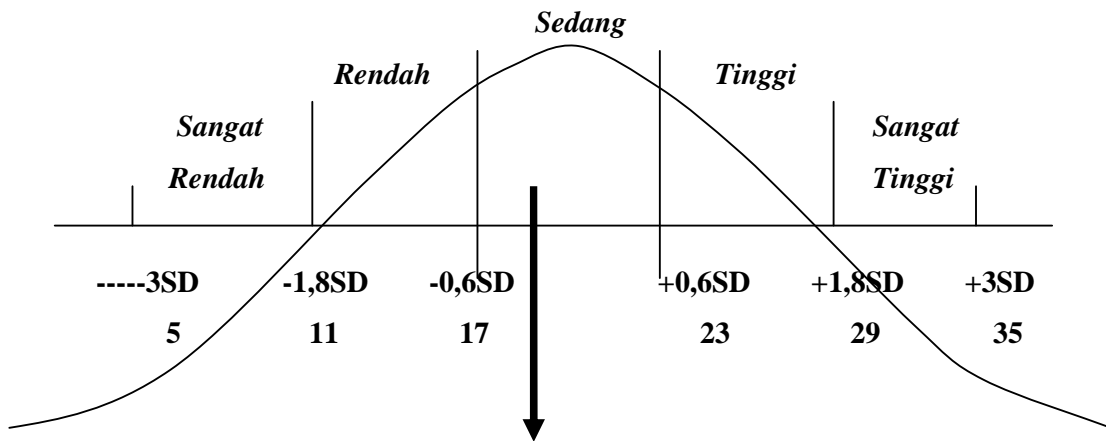
Skor tinggi $7 \times 5 = 35$

Skor rendah $1 \times 5 = 5$

Rentang $35 - 5 = 30$

$$SD = \frac{30}{6} = 5$$

I.	$RH + 1,8 (SD)$ $20 + 1,8 (5)$ 29	$\leq X <$	$RH + 3 (SD)$ $20 + 3 (5)$ 35	(Sangat Tinggi)
II.	$RH + 0,6 (SD)$ $20 + 0,6 (5)$ 23	$\leq X <$	$RH + 1,8 (SD)$ $20 + 1,8 (5)$ 29	(Tinggi)
III.	$RH - 0,6 (SD)$ $20 - 0,6 (5)$ 17	$\leq X <$	$RH + 0,6 (SD)$ $20 + 0,6 (5)$ 23	(Sedang)
IV.	$RH - 1,8 (SD)$ $20 - 1,8 (5)$ 11	$\leq X <$	$RH - 0,6 (SD)$ $20 - 0,6 (5)$ 17	(Rendah)
V.	$RH - 3 (SD)$ $20 - 3 (5)$ 5	$\leq X <$	$RH - 1,8 (SD)$ $20 - 1,8 (5)$ 11	(Sangat Rendah)



RE = 18,07

Interval skor	Kategorisasi	Rerata Empirik	Frekuensi	Prosentase
$29 \leq x < 35$	Sangat Tinggi		1	2%
$23 \leq x < 29$	Tinggi		6	11%
$17 \leq x < 23$	Sedang	18,07	31	57%
$11 \leq x < 17$	Rendah		14	26%
$5 \leq x < 11$	Sangat Rendah		2	4%