

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>

### **BAB IPENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	7
1.3 Ruang Lingkup Penelitian.....	7
1.3.1 Ruang Lingkup Subjek .....	7
1.3.2 Ruang Lingkup Objek.....	7
1.3.3 Ruang Lingkup Tempat .....	8
1.3.4 Ruang Lingkup Waktu .....	8
1.3.5 Ruang Lingkup Ilmu Penelitian .....	8
1.4 Tujuan Penelitian .....	8

1.5 Manfaat Penelitian .....	9
1.5.1 Bagi Perusahaan .....	9
1.5.2 Bagi Karyawan.....	9
1.5.3 Bagi Peneliti .....	9
1.5.4 Bagi Akademisi.....	9
1.6 Sistematika Penelitian .....	10

## **BAB II LANDASAN TEORI**

2.1 Stres Kerja.....	11
2.1.1 Pengertian Stres Kerja.....	11
2.1.2 Indikator Stres Kerja .....	11
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja .....	12
2.1.4 Konsekuensi Stres Kerja .....	12
2.1.5 Strategi Manajemen Stres Kerja .....	14
2.1.6 Sumber-sumber Stres Kerja .....	17
2.1.7 Penyebab-penyebab Stres “ <i>off-the-job</i> ” .....	18
2.1.8. Akibat Stres Kerja.....	22
2.2 Beban Kerja.....	24
2.2.1 DefinisiBeban Kerja.....	24
2.2.2 IndikatorBebanKerja.....	25
2.2.3 Faktor-Faktor yang MempengaruhiBebanKerja .....	26
2.2.4 JenisBebanKerja .....	27
2.2.5 DampakBebanKerja .....	27
2.2.6 DimensiBebanKerja .....	28
2.3 Kinerja.....	29
2.3.1 Definisi Kinerja.....	29
2.3.2 Kinerja Karyawan .....	29
2.3.3 Karakteristik Karyawan yang Memiliki Kinerja yang Tinggi .....	30
2.3.4 Indikator Kinerja .....	31
2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan.....	32

2.4 PenelitianTerdahulu .....	33
2.5 KerangkaPemikiran .....	37
2.6 HipotesisPenelitian.....	38
2.6.1 Stres Kerja (X1) terhadap Kinerja Karyawan (Y) .....	38
2.6.2 Beban Kerja (X2) terhadap Kinerja Karyawan (Y) .....	38
2.6.3 Stres Kerja (X1) danBebanKerja (X2) terhadap Kinerja Karyawan (Y).....	39

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Jenis Penelitian.....	40
3.2 Sumber Data.....	40
3.2.1 Data Primer .....	40
3.2.2 Data Sekunder .....	41
3.3 Metode Pengumpulan Data .....	41
3.3.1 Studi Kepustakaan ( <i>Library Research</i> ).....	41
3.3.2 Penelitian Lapangan ( <i>Field Research</i> ).....	41
3.4 Populasi Sampel.....	43
3.4.1 Populasi Penelitian.....	43
3.4.2 Sampel Penetian.....	43
3.5 Variabel Penelitian .....	44
3.5.1 Variabel Bebas ( Independent Variable).....	44
3.5.2 Variabel Terikat ( Dependent Variable ).....	44
3.6 Definisi Operasional Variabel.....	44
3.7 Uji Persyaratan Instument .....	46
3.7.1 Uji Validitas .....	46
3.7.2 Uji Realibilitas .....	47
3.7.3 Uji Normalitas.....	48
3.8 Uji Persyaratan Analisis Data .....	49
3.8.1 Uji Multikolinearitas .....	49
3.8.2 Uji Linieritas .....	49
3.9 Metode Analisis Data.....	50

3.9.1 Analisis Regresi Linier Berganda .....	51
3.9.2 Uji Koefisien Regresi Secara Parsial (Uji T) .....	51
3.9.3 Uji Koefisien Regresi Secara Bersama – sama (Uji F) .....	52

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

4.1 Deskripsi Data .....	53
4.1.1 Deskripsi Karakteristik Responden.....	53
4.1.2 Deskripsi Jawaban Responden.....	55
4.2 Hasil Uji Persyaratan Instrumen .....	61
4.2.1 Hasil Uji Validitas.....	61
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas .....	63
4.3 Hasil Uji Persyaratan Analisis Data.....	65
4.3.1 Hasil Uji Normalitas .....	65
4.3.2 Hasil Uji Linieritas.....	65
4.3.3 Hasil Uji Multikolinieritas .....	66
4.4 Metode Analisis Data.....	67
4.4.1 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda.....	67
4.5 Hasil Uji Hipotesis .....	68
4.5.1 Uji F .....	68
4.5.2 Uji t .....	69
4.6 Pembahasan.....	70
4.6.1 Pengaruh Stres Kerja (X1) terhadap Kinerja Karyawan (Y) .....	70
4.6.2 Pengaruh Beban Kerja (X2) terhadap Kinerja Karyawan (Y) .....	70
4.6.3 Pengaruh Stres Kerja (X1) dan Beban Kerja (X2) terhadap Kinerja Karyawan (Y).....	71

**BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan ..... 72  
5.2 Saran..... 72

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Kondisi Jumlah Karyawan Hotel Horison di Bandar Lampung Tahun 2019 .....	5
2.1 Penelitian Terdahulu .....	33
3.1 Jawaban Skor Kuesioner .....	43
3.2 Definisi Operasional Variabel.....	45
4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53
4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54
4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir .....	55
4.4 Hasil Jawaban Responden Variabel Stres Kerja (X1) .....	56
4.5 Hasil Jawaban Responden Variabel Beban Kerja (X2) .....	58
4.6 Hasil Jawaban Responden Variabel Kinerja Karyawan (Y) .....	60
4.7 Hasil Uji Validitas Stres Kerja (X1) .....	62
4.8 Hasil Uji Validitas Beban Kerja (X2) .....	62
4.9 Hasil Uji Validitas Variabel Kinerja Karyawan (Y) .....	63
4.10 Interpretasi Nilai <i>r Alpha</i> Indek Korelasi .....	64
4.11 Hasil Uji Reabilitas .....	64
4.12 Hasil Uji Normalitas .....	65
4.13 Hasil Uji Linieritas .....	66
4.14 Hasil Uji Multikolinieritas .....	66
4.15 Hasil R Square .....	67

4.16 Hasil Persamaan Regresi Linier Berganda.....	67
4.17 Hasil Uji F.....	68
4.18 Hasil Uji t .....	69

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Kerangka Pikir.....	37



## **DAFTAR LAMPIRAN**

**Lampiran 1** Kuesioner

**Lampiran 2** Hasil Jawaban Responden

**Lampiran 3** Karakteristik Responden

**Lampiran 4** Hasil Jawaban Responden

**Lampiran 5** Hasil Uji Validasi

**Lampiran 6** Hasil Uji Reliabilitas

**Lampiran 7** Hasil Uji Normalitas

**Lampiran 8** Hasil Uji Linearitas

**Lampiran 9** Hasil Uji Multikolinearitas

**Lampiran 10** Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

**Lampiran 11** Hasil Uji F dan Uji t