

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir dengan judul “GAMBARAN STRES KERJA PADA DIVISI *TRAINING* DI PT. XYZ” ini ditujukan untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Pelita Harapan, Tangerang, Banten.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak, Tugas Akhir ini tidak akan dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Bapak Yonathan Aditya, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi.
2. Ibu Jessica Ariela, S.Psi., M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi dan Dosen Pembimbing Akademik penulis.
3. Ibu Yuliana Anggreany, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan banyak memberikan masukan kepada penulis.
4. Ibu Sandra Handayani Sutanto, M.Psi., selaku Dosen Penguji.
5. Ibu Amanda Mutia Cinta, S.Psi., selaku *Director of Training* PT. XYZ dan *supervisor* selama penulis menjalani kegiatan magang.
6. Bapak Sepri Wanto, selaku *Managing Director* PT. XYZ.

7. Semua dosen yang telah mengajarkan penulis selama berkuliah di Universitas Pelita Harapan.
8. Teman-teman fakultas Henritta, Wiliam, Delicia, Janice, Bintang, Priscilia, Elia, Angelia, Edo dan teman-teman lainnya yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis.
9. Ayah, Ibu, dan Kakak yang telah memberikan dukungan dan kasih sayang.
10. Dan juga karyawan-karyawan PT. XYZ.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya

Tangerang, 26 Februari 2021

Penulis

# DAFTAR ISI

halaman

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN UNGGAH TUGAS AKHIR</b>	
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING</b>	
<b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Tujuan Magang .....	6
1.3 Manfaat Penelitian	
1.3.1 Manfaat Teoretis .....	7
1.3.2 Manfaat Praktis .....	7
1.4 Lokasi & Waktu Magang .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b>	
2.1 Human Resource Development (HRD) .....	8
2.2 Stres Kerja	
2.2.1 Definisi Stres Kerja .....	9
2.2.2 Dimensi Stres Kerja .....	10
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja .....	11
2.2.4 Dampak Stres Kerja .....	14
2.3 <i>Trainer</i>	
2.3.1 Definisi <i>Trainer</i> .....	15
2.3.2 Stres pada <i>Trainer</i> .....	15
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 PT.XYZ	

3.3.1	Deskripsi Perusahaan .....	16
3.3.2	Visi & Misi Perusahaan .....	18
3.2	Struktur Organisasi .....	19
3.3	Posisi Jabatan Pemegang.....	19
3.4	Uraian Singkat/Prestasi Pemegang .....	20
3.5	Uraian Pengumpulan Data	
3.5.1	Subjek Penelitian.....	20
3.5.2	Prosedur Pengumpulan Data .....	21
3.5.3	Metode Penelitian.....	21
3.5.4	Metode Pengumpulan Data .....	22
3.5.5	Teknik Analisis Data.....	22
3.5.6	Instrumen Penelitian.....	23
3.5.7	Keabsahan Data.....	23

#### **BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

4.1	Hasil Magang	
4.4.1	Uraian Kegiatan Pemegang.....	24
4.4.2	Lingkup Operasional Perusahaan.....	25
4.4.3	Permasalahan yang Dihadapi Pemegang .....	26
4.4.4	Kondisi Lapangan .....	27
4.2	Stres Kerja Pada Divisi <i>Training</i>	
4.2.1	Latar Belakang Partisipan	
4.2.1.1	Latar Belakang Subjek AMC .....	27
4.2.1.2	Latar Belakang Subjek SSW .....	28
4.2.2	Gambaran Definisi Stres Kerja Pada Divisi Training	
4.2.1.1	Gambaran Definisi Stres Kerja Pada Subjek AMC..	
	.....	28
4.2.1.2	Gambaran Definisi Stres Kerja Pada Subjek SSW...	
	.....	30
4.2.3	Dimensi Stres Kerja Pada Divisi <i>Training</i>	
4.2.3.1	Dimensi Stres Kerja Pada Subjek AMC.....	31
4.2.3.2	Dimensi Stres Kerja Pada Subjek SSW.....	37

4.2.4	Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja Pada Divisi <i>Training</i>	
4.2.4.1	Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja Pada Subjek AMC .....	41
4.2.4.2	Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja Pada Subjek AMC .....	51
4.2.5	Gambaran Dampak Stres Kerja Pada Divisi <i>Training</i>	
4.2.5.1	Gambaran Dampak Stres Kerja Pada Subjek AMC .....	60
4.2.5.2	Gambaran Dampak Stres Kerja Pada Subjek SSW .....	62
4.3	Diskusi	
4.3.1	Analisis Hasil, Pembahasan dan Evaluasi.....	64
4.3.2	Keterbatasan Penelitian.....	73
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1	Kesimpulan .....	74
5.2	Saran	
5.2.1	Saran Teoritis .....	75
5.2.2	Saran Praktis .....	76
5.3	Refleksi .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>80</b>

## DAFTAR GAMBAR

halaman

Gambar 3.1 Struktur Organisasi PT. XYZ..... 19



## DAFTAR TABEL

halaman

Tabel 4.1 Analisis Antar Subjek .....	64
---------------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran A. Coding From Theory .....	A-1
Lampiran B. Interview Guideline .....	B-1
Lampiran C. Informed Consent.....	C-1
Lampiran D. Verbaltim Subjek AMC.....	D-1
Lampiran E. Verbaltim Subjek SSW .....	E-1
Lampiran F. Coding Subjek AMC .....	F-1
Lampiran G. Coding Subjek SSW .....	G-1
Lampiran H. Absensi Magang .....	H-1

