

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA STAF PENGAJAR KELAS INKLUSI (SDN
KLURAHAN 4, SDN WILANGAN 1, SDN WERUNGOTOK 2)
KABUPATEN NGANJUK**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



OLEH :

MASHFIYATUL MUFIDA
2011166006

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SURABAYA
2016**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mashfiyatul Mufida

NIM : 20111663006

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Efficacy* dan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada staf pengajar kelas inklusi (SDN Klurahan 4, SDN Wilangan1, SDN Werungotok 2) Kabupaten Nganjuk

Dosen Pembimbing :

1. Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwati, M.Si

2. Hetty Murdiyani, S. Psi, M. Kes

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan bukan jiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Surabaya, 26 Februari 2016

Mahasiswa

Mashfiyatul Mufida

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA STAF PENGAJAR KELAS INKLUSI (SDN
KLURAHAN 4, SDN WILANGAN 1, SDN WERUNGOTOK 2)
KABUPATEN NGANJUK**

SKRIPSI

Diajukanoleh :

**MASHFIYATUL MUFIDA
20111663006**

Di setujui untuk diuji :

Surabaya, 26 Februari 2016

Dosen Pembimbing Utama

Dosen Pembimbing Pendamping

Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwi, M.Si

Hetty Murdiyani, S. Psi, M. Kes

**PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SURABAYA
2016**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN BEBAN KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA STAF PENGAJAR KELAS INKLUSI (SDN
KLURAHAN 4, SDN WILANGAN 1, SDN WERUNGOTOK 2)
KABUPATEN NGANJUK**

SKRIPSI

Diajukan oleh :

**MASHFIYATUL MUFIDA
20111663006**

Di pertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal
Selasa, 26 Februari 2016

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah

Dra. Wiwik Juwarini Prihastiw, M. Si

Dewan Penguji :

Ketua : Dra. Siti Attiyatul Fahiroh, M. Si

Anggota : Dra. Wiwik Juwarini Prihastiw, M. Si

Anggota : Hetty Murdiyani, S. Psi, M. Kes

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Eat Failure, and You Will Know The Taste Of Success”

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”.

(Q.S Al-Insyirah 6-7)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini ku persembahkan untuk:

- ✚ Tuhanku, Allah SWT atas Ridho yang di berikan.
- ✚ Bapak dan Ibu, yang telah mendukungku dalam segala hal, yang telah mengajarkan banyak hal selama ini, untuk kasih sayang yang telah di berikan, untuk cinta kasih yang teramat besar, dan segala hal yang telah di berikan sehingga aku tak mungkin dapat membalasnya.
- ✚ Untuk adik satu-satunya terima kasih telah menjadi sumber motivasi untuk mbak selesaikan skripsi secepatnya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil 'Alamin, terpanjatkan syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan pertolongan dan barakah-Nya sehingga penulis dapat menyempurnakan tugas skripsi dengan judul “*Hubungan Antara Self Efficacy dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Staf Pengajar Kelas inklusi di SDN Klurahan 4, SDN Werungotok 2, dan SDN Wilangan 1 di Kabupaten Nganjuk*” sebagai syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini terselesaikan dengan bantuan dari berbagai pihak. Karena itu dengan kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya, kepada :

1. Bapak Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya Dr. dr. Sukadiono, MM.
2. Ibu Dra. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi, terima kasih yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan.
3. Ibu Dra. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si, selaku dosen pembimbing utama sekaligus dosen wali terima kasih yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan banyak bimbingan, kritik, dan saran serta kesabarannya dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Hetty Murdiyani, S.Psi, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping terima kasih yang telah meluangkan waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
5. Ibu Dra. Siti Attiyatul Fahiroh, M.Si, selaku ketua dosen penguji, terima kasih atas kritik dan saran yang bermanfaat untuk menyempurnakan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, terima kasih yang senantiasa telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama mengikuti perkuliahan.
7. Bapak Sujatmiko Budiono, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SDN Klurahan 4, terima kasih telah memberikan izin dan bantuan semasa penulis melakukan penelitian.
8. Bapak Mulyono, S.Ag, selaku Kepala Sekolah SDN Wilangan 1, terima kasih telah memberikan izin dan bantuan semasa penulis melakukan penelitian.
9. Ibu Erlin Pudjiastuti, S.Pd, MM, selaku Kepala Sekolah SDN Werungotok 2, terima kasih telah memberikan izin dan bantuan selama penulis melakukan penelitian.
10. Ayah dan Ibu tercinta (Muttaqin dan Nurul Hidayah), terima kasih atas cinta, luapan kasih sayang, serta do'a yang tidak pernah putus untuk penulis. Terima kasih atas dukungan moril dan materil dan segala upaya yang telah di lakukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

11. Adik tercinta Mujadid Qamarun Nidham, terima kasih telah menjadi motivasi dan memberikan dukungan secara tidak langsung bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
12. Bapak Agus Poerwanto, S.Psi, M.Kes terima kasih atas kebersamaan dan telah bersedia meluangkan waktu untuk membangun organisasi serta menjadi ‘Bapak’ kedua bagi penulis.
13. Nur Rohman dan Keluarga, terima kasih atas do’a serta dukungan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi, terima kasih telah menjadi motivasi tersendiri bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Novita Widi Astutik, S.Psi terima kasih telah menjadi sahabat terbaik selama menjadi mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
15. Nur Aidah, S.Pdi, terima kasih telah menjadi sahabat, saudara, serta selalu ada bagi penulis, menjadi teman selama ngekos dan bersama-sama menjalani hidup yang keras di Surabaya.
16. M. Wahyu Akbar, Deni Ratnasari, dan Dian Ayu Pratiwi, terima kasih telah menjadi sahabat, saudara, keluarga, yang selalu menemani dalam mengisi hari-hari penuh ceria dan canda tawa bagi penulis.
17. Keluarga Besar PBK (Antok, Puspa, Mila, Agita, Zul, Naufal, Bapak Agus) terima kasih telah menjadi keluarga kedua bagi penulis, terima kasih atas segala kebersamaan, perjuangan, dukungan, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

18. Keluarga Besar Kos 164 (aida, amel, betty, riza, intan, dian, dien, henis, nadya, winda, tika) terima kasih atas kebersamaan selama ngekos dan segala dukungan untuk penulis menyelesaikan skripsi
19. Warga gang Tengger (Bu Rt, mbak Tatik, mak kaya, mbak nuna, mbak nurul, nenek, mbak yanti, bu Miasih, bu Ninit) terima kasih telah menerima penulis sebagai bagian dari warga yang baik selama di Surabaya, terima kasih untuk kedekatan yang terjalin selama ini.

Surabaya, 26 Februari 2016

Penulis,

Mashfiyatul Mufida

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERNYATAAN | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| ABSTRAK | vi |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | xii |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR TABEL | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 9 |
| C. Tujuan Penelitian | 9 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 9 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 10 |
| A. Stres..... | 10 |
| 1. Definisi Stres..... | 10 |
| 2. Sumber Stres | 11 |
| 3. Terbentuknya Stres..... | 13 |
| 4. Gejala Stres | 15 |
| 5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres | 17 |
| B. <i>Self-Efficacy</i> | 19 |
| 1. Definisi <i>Self-Efficacy</i> | 19 |
| 2. Sumber Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>)..... | 20 |
| 3. Dimensi <i>Self-Efficacy</i> | 23 |
| 4. Karakteristik <i>Self-Efficacy</i> | 25 |

| | |
|---|--------|
| C. Beban Kerja | 25 |
| 1. Definisi Beban Kerja | 25 |
| 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja | 29 |
| 3. Aspek Beban Kerja..... | 30 |
| 4. Beban Kerja Guru..... | 31 |
| 5. Perhitungan Beban Kerja Guru | 31 |
| D. Sekolah Inklusi..... | 32 |
| 1. Definisi Sekolah Induksi | 32 |
| 2. Tujuan Pendidikan Inklusi | 33 |
| 3. Klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus | 34 |
| 4. Peran Guru | 35 |
| 5. Hubungan Antara <i>Self-Efficacy</i> dan Beban Kerja dengan Stres Kerja | 38 |
| E. Kerangka Konsep..... | 41 |
| F. Hipotesis | 42 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... | 43 |
| A. Desain Penelitian | 43 |
| B. Identifikasi Perilaku | 43 |
| C. Definisi Operasional | 43 |
| D. Populasi, Sampel, Sampling | 45 |
| 1. Populasi | 45 |
| 2. Sampling..... | 45 |
| 3. Sampel..... | 46 |
| E. Pengumpulan Data | 47 |
| F. Validitas dan Reliabilitas | 50 |
| 1. Validitas | 50 |
| 2. Validitas Aitem | 51 |
| 3. Reliabilitas..... | 52 |
| G. Analisis Data | 53 |

| | |
|--|----|
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 54 |
| A. Gambaran UmumTempat Penelitian..... | 54 |
| B. Gambaran Umum Subyek Penelitian..... | 54 |
| C. Hasil Analisis Statistik..... | 55 |
| 1. Uji Validitas Seluruh Alat Ukur..... | 55 |
| 2. Uji Reliabilitas Seluruh Alat Ukur | 58 |
| D. Hasil Asumsi | 60 |
| 1. Uji Normalitas | 60 |
| 2. Uji Linieritas | 61 |
| E. Hasil Analisis Data | 62 |
| F. Pembahasan..... | 68 |
| | |
| BAB V PENUTUP | 69 |
| 5.1 Kesimpulan | 69 |
| 5.2 Saran | 70 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | 71 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Teori Terbentuknya Stres | 14 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep | 41 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. Jumlah Siswa ABK di SDN Werungotok 2 dan SDN Klurahan 4.. | 2 |
| Tabel 2. Alokasi waktu satu jam tatap muka | 32 |
| Tabel 3. Blue Print Skala <i>Self-Efficacy</i> | 48 |
| Tabel 4. Blue Print Beban Kerja | 49 |
| Tabel 5. Blue Print Stres Kerja | 50 |
| Tabel 6. Distribusi Item pada Skala Stres Kerja | 56 |
| Tabel 7. Distribusi Item pada Skala <i>Self-Efficacy</i> | 57 |
| Tabel 8. Distribusi Item pada Skala Beban Kerja | 58 |
| Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Stres Kerja | 59 |
| Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-Efficacy</i> | 59 |
| Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Beban Kerja..... | 60 |
| Tabel 12. Hasil Uji Analisis Regresi Berganda Hubungan <i>Self-Efficacy</i> dan Beban Kerja dengan Stres Kerja | 62 |
| Tabel 13. Hasil Penghitungan Kategori Variabel Stres Kerja..... | 66 |
| Tabel 14. Persentasi Stres Kerja | 66 |
| Tabel 15. Hasil Penghitungan Kategori Variabel Beban Kerja | 67 |
| Tabel 16. Hasil Persentasi Beban Kerja..... | 67 |
| Tabel 17. Hasil Penghitungan Kategori Variabel <i>Self-Efficacy</i> | 68 |
| Tabel 18. Persentasi <i>Self-Efficacy</i> | 68 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Kuesioner Stres Kerja | 71 |
| Lampiran 2. Kuesioner <i>Self-Efficacy</i> | 76 |
| Lampiran 3. Kuesioner Beban Kerja..... | 80 |
| Lampiran 4. Data Mentah <i>Self-Efficacy</i> | 84 |
| Lampiran 5. Data Mentah Stres Kerja..... | 85 |
| Lampiran 6. Data Mentah Beban Kerja | 86 |
| Lampiran 7. Validitas dan Reliabilitas..... | 87 |
| Lampiran 8. Uji Normalitas | 103 |
| Lampiran 9. Uji Linieritas..... | 105 |
| Lampiran 10. Hasil Analisis Regresi Berganda | 110 |

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2006). Psikologi Kepribadian. Edisi Revisi. Malang: UMM Press
- Anilaswary, M. (2008). *Hubungan Antara Tingkat Konformitas dengan Tingkat Self-Efficacy pada Remaja*.
- Atkinson, R.L. (2010). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Azwar S. (2012) *Sikap manusia, teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Baron, A.R. & Kalsher. M.J. (2001). *Psychology. Printed United State of America*
- Departemen Pendidikan Nasional: Direktur Jendral Peningkat Mutu dan Tenaga Kependidikan (2008)
- Depdiknas, Dirjen Mandikdasmen, dan Direktorat PLB. (2007) . *Pedoman Penyelenggaraan Pendidikan Inklusi Nasional*. Jakarta: Depdiknas
- Fachmiansyah, A. (2012). *Video Dokumenter Tentang dampak Yang Di Hasilkan Dari Penerapan Sistem Pendidikan Inklusi di Indonesia Untuk Menuju Masyarakat yang Berinklusi*
- Fred N. Kerlinger. 2006. *Asas-asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press
- Feist & Feist. (2006). *Theorist Of Personality 6 ed*. Singapore: McGraw – Hill International Edition
- Gopher, D. & Doncin, E. (1986). *Workload – An Examination of The Concept: Chapter 41*. Handbook of perception and human performance. 1-49
- Hariyanti, (2004). *Tinjauan Stres Kerja Pada Guru Inklusi Kota Semarang. Jurnal Edukasi. Vol. 13. Hal 29-40*
- Ivanchevich, John. M, *et al.* (2005). *Perilaku Manajemen Organisasi*. Jakarta: Penerbit Erlangga

- Kusnadi, M. A. (2014). *Hubungan Antara Beban Kerja dan Self Efficacy dengan Stres Kerja pada Doen di Universitas X*. Journal ilmiah mahasiswa Universitas Surabaya. Vol. 3 No 1
- Lahey, Benjamin B. (2002). *Essentials Of Psychology*. Singapore: McGraw – Hill International Editian
- Latipun. (2006). *Psikologi Eksperimen*. Universitas Muhammadiyah Malang Press
- Leung, M. Y. Sham, J & Chan, Y. S. (2007). *Adjusting Stressors Job Demand Stress in Preventing Rustout/Burnoutin Estimators, Surveying and Built envirointment* , Vol 18
- Nevid, Jeffrey. S, *et al* (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Maryati. (2008). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Keyakinan diri (Self-Efficacy) dengan Kreativitas Pada Siswa Akselerasi*.
- Munandar, Ashar. S (2008). *Psikologi Organisasi dan Industri*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia
- Mukti, M. (2009). *Hubungan Kecerdasan Emosional dan Effikasi Diri dengan Stres Kerja*.
- Murdiyani, Hetty. (2010). *Pengaruh Beban Kerja dan Komitmen Organisasi Terhadap Kinerja Dosen Tetap di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya*
- Mutia, M. (2013). *Pengukuran Beban Kerja Fisiologis dan Psikologis pada Operator Pemetikan Teh dan Operator Produksi Teh Hijau di PT. Mitra Kerinc. Josi*. Vol. 13
- O'Donnel, C. R. & Eggeimer, F. T. (1986). *Workload Assesment Methodology: Chapter 42. Handbook of Perception and Human Performance II*. 1-49.
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang (Edisi Keenam)*. Jakarta: Erlangga
- Peraturan Bupati Nganjuk Nomor 33 tahun 2012: *Penyelenggaraan Pendidikan Inklusi di Kabupaten Nganjuk*

- Prihastiwi, J. W. (2006). *Peran “Pedagogical Caring” Guru Terhadap Motivasi Belajar Siswa SMP 5 Surabaya.*
- Prihastiwi, J.W. (2008). *Hardiness dan Stress Pada Perempuan Kelas Ekonomi Bawah Kota Surabaya.*
- Rahmadini, Y. E. (2011). *Hubungn Antara Self-Efficacy dengan Kematangan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Akhir di Universitas Surabaya. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, Vol 1.*
- Rahrdjo, W. (2008). *Kontribusi Hardiness dan Self-Efficacy Terhadap Stres Kerja (Study Perawat RSUP DR. Soeradji Tirtonegoro Klaten)*
- Rivai, V. (2009). *Manajemen Suber Daya Manusia Untuk Perusahaan.* Jakarta Utara: Raja Grafindo Press
- Simanjutak, R. A & Situmorang, D. A. (2010). *Analisis Pengaruh Shift Kerja Terhadap Beban Kerja Mental dengan Metode Subjective Workload Assesment Technique (SWAT).* Vol 3, No 1
- Singarimbun, M., Effendi, S. (1989). *Metode Penelitian Survei.* Pustaka LP3ES
- Sunyoto, D. (2012). *Uji Validitas dan Reliabilitas: Asumsi Klasik untuk Kesehatan.* Yogyakarta: Nuha Medika
- Sugiyono. (2012). *Metode Penalitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (MIXED METHODS).* Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S.E. (1991). *Health Psychology 2 edition .* University of california, Los Angeles: Mgraw-Hill, Inc.
- Tunjungsari, P. (2011). *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada Kantor Pusat PT. Pos Indonesia (PERSERO) Bandung.* Universitas Komputer Indonesia. Vol. 1, 1-14.
- Widhiarso, Wahyu. (2011). *Data Tidak Linier? Diskusi Metodologi Penelitian.* Diunduh pada tanggal 08 Maret 2016 dari: <http://wahyupsy.blog.ugm.ac.id/2011/05/26/menyiasati-data-yangtidak-linier/>