

**PENGARUH STRES KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. RX RELAXOLOGY
DI KUPANG NUSA TENGGARA TIMUR**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH:

AHMAD REZA HARUN

20181221112

**PROGRAM STUDI S1-MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2023

**PENGARUH STRES KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. RX RELAXOLOGY
DI KUPANG NUSA TENGGARA TIMUR**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi
Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Manajemen**



Oleh:

AHMAD REZA HARUN

20181221112

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2023

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ahmad Reza Harun
NIM : 20181221112
Program Studi : Manajemen
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 05 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



Ahmad Reza Harun

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

**PENGARUH STRES KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. RX RELAXOLOGY
DI KUPANG NUSA TENGGARA TIMUR**

Diajukan Oleh :

AHMAD REZA HARUN

NIM : 20181221112

Telah disetujui dan diterima dengan baik oleh :

Dosen Pembimbing,

Tandatangan

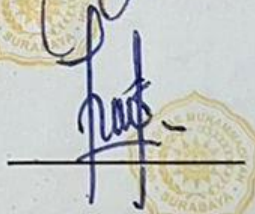
Tanggal

1. Dr. Dina Novita, SE., MM



6/6 123

2. Nurullaili Mauliddah, S.Pd., M.SE



6 Juni 2023

Mengetahui,



Dr. Mochamad Mochklas, S.Si., MM

Ketua

Program Studi,



Rina Mareasari, SM., M.SM.

PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

**PENGARUH STRES KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. RX RELAXOLOGY
DI KUPANG NUSA TENGGARA TIMUR**

**Nama : AHMAD REZA HARUN
NIM : 20181221112**

**Program Studi : Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Muhammadiyah Surabaya**

**Pada Hari/Tanggal : Selasa / 18 Juli 2023
Pukul : 13.00 WIB sampai dengan 14.30 WIB**

Komisi Penguji terdiri dari

Ketua Penguji

Dr. Mochamad Mochklas, S.Si., MM

Anggota I

Anggota II

Dr. Dina Noyita, SE., MM

Nurullaili Mauliddah, S.Pd., M.SE

Mengetahui,

Dekan,

Ketua

Program Studi,

Dr. Mochamad Mochklas, S.Si., MM

Rina Maretasari, SM., M.SM.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya penyusunan Skripsi ini dapat diselesaikan dan disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun 2021 dengan judul “Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur”.

Dalam penyusunan Skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu perkenankan penulis mengucapkan Terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. dr. H. Sukadiono, M.M selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Mochamad Mockhlas, S.Si., M.M selaku Dekan studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surabaya dan juga sebagai ketua penguji yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti program studi Manajemen di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Rina Maretasari, SM, M.SM selaku Ketua Program studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti program studi Manajemen di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Dina Novita, SE., MM., selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan dan arahan untuk pembuatan skripsi ini.
5. Nurullaili Mauliddah, S.Pd., M.SE., selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberi bimbingan dan arahan untuk menyelesaikan skripsi ini kepada saya.
6. Pimpinan di PT. RX Relaxology Kupang Nusa Tenggara Timur yang telah memberikan ijin sekaligus mentor di tempat penelitian dengan penuh sabar.
7. Kedua orang tua yang selalu mendukung serta mendoakan kelancaran dalam pembuatan Skripsi.

8. Sahabat dan Teman-teman yang selalu mendukung serta mendoakan kelancaran dalam pembuatan Skripsi.
9. Semua pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga amal kebaikan dan semua mendapat imbalan yang luar biasa dari Allah SWT, dan semoga Skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Surabaya, 05 Juni 2023



Penulis

DAFTAR ISI

Keterangan	Halaman
SKRIPSI.....	i
SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT	iii
PERSETUJUAN UNTUK UJIAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Landasan Teori.....	10
1. Manajemen Sumber Daya Manusia	10
a. Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia.....	10
b. Fungsi Manajemen Sumber Daya Manusia	12
2. <i>Stres</i> Kerja	12
a. Pengertian <i>Stres</i> Kerja	12
b. Indikator <i>Stres</i> Kerja	13
3. Lingkungan Kerja.....	14
a. Pengertian Lingkungan Kerja	14
b. Indikator Lingkungan Kerja	15

4.	Kinerja	17
a.	Pengertian Kinerja.....	17
b.	Indikator Kinerja	18
B.	Penelitian Terdahulu.....	20
C.	Kerangka Berpikir Dan Model Analisis	23
D.	Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN.....		27
A.	Pendekatan Penelitian.....	27
B.	Populasi dan Sampel	27
1.	Populasi	27
2.	Sampel	28
C.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	29
1.	Variabel Penelitian	29
a.	Variabel Bebas (<i>Independent Variable</i>).....	29
b.	Variabel Terikat (<i>Dependent Variabel</i>).....	31
2.	Definisi Operasional.....	33
D.	Alat Penelitian.....	35
E.	Teknik Distribusi dan Pengumpulan Data.....	36
F.	Teknik Pengolahan Data.....	36
G.	Uji Instrumen	37
1.	Uji Validitas Data.....	37
2.	Uji Reliabilitas Data	38
H.	Uji Analisa Data.....	38
1.	Uji Asumsi Klasik	38
a.	Uji Normalitas.....	38
b.	Uji Multikolinieritas	38
c.	Uji Heteroskedastisitas	39
2.	Analisis Regresi Berganda.....	39
3.	Uji Hipotesis	40
a.	Uji t.....	40
b.	Uji F.....	41

4. Koefisien Determinasi (R^2).....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	43
1. Sejarah PT. Rx Relaxology.....	43
2. Visi dan Misi.....	44
3. Logo	44
B. Deskripsi data hasil penelitian	45
1. Karakteristik Responden	45
a. Jenis Kelamin Responden.....	45
b. Lama Bekerja Responden.....	46
c. Usia Responden.....	46
d. Pendidikan Responden	47
2. Gambaran Variable Penelitian	47
C. Deskripsi Data Hasil Penelitian	48
D. Hasil Analisa.....	51
1. Uji Instrumen	51
2. Uji Asumsi Klasik	53
3. Uji Regresi Linier Berganda	56
E. Pengujian Hipotesis	58
a. Uji t.....	58
b. Uji F.....	59
F. Koefisien Determinasi (R^2).....	59
G. Pembahasan	60
1. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan	60
2. Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan	61
3. Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja	63
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Nomor	Keterangan	Halaman
Tabel 1.1	Tingkat Absensi Karyawan PT. RX Relaxology	3
Tabel 3.1	Jumlah Karyawan PT. RX Relaxology	28
Tabel 3.2	Operasional Variabel	33
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	46
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	46
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	47
Tabel 4.5	Deskriptif Variabel Penelitian.....	48
Tabel 4.6	Uji Validitas	52
Tabel 4.7	Uji Reliabilitas	53
Tabel 4.8	Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	54
Tabel 4.9	Uji Multikolinearitas	55
Tabel 4.10	Hasil Uji Regresi Linier Berganda	56
Tabel 4.11	Hasil Uji t.....	58
Tabel 4.12	Hasil Uji F.....	59
Tabel 4.13	Koefisien Determinasi	60

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Keterangan	Halaman
Gambar 2.1	Kerangka Berpikir	23
Gambar 2.2	Model Analisis.....	25
Gambar 4.1	Logo PT. Rx Relaxology	44
Gambar 4.2	Jawaban Responden Terhadap Stres Kerja (X1)	49
Gambar 4.3	Jawaban Responden Terhadap Lingkungan Kerja (X2)	50
Gambar 4.4	Jawaban Responden Terhadap Kinerja Karyawan (Y).....	51
Gambar 4.5	P-P Plot Uji Normalitas	54
Gambar 4.6	Diagram Scatterplot	56

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN KUESIONER	68
LAMPIRAN TABULASI DATA.....	75
LAMPIRAN DATA MENTAH	76
LAMPIRAN OLAH DATA.....	79
LAMPIRAN RTABEL	83
LAMPIRAN TTABEL	84
LAMPIRAN FTABEL.....	85
LAMPIRAN SURAT IJIN PENELITIAN	86
LAMPIRAN SURAT BALASAN IJIN PENELITIAN	88
LAMPIRAN DOKUMENTASI PENELITIAN.....	93

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, P. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia (Teori, Konsep dan Indikator)*. Zanafa Publishing.
- Ahmad, Y., Tewal, B., Taroreh, R. N., Ekonomi, F., Manajemen, J., & Ratulangi, U. S. (2019). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Fif Group Manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 7(3), 2811–2820.
- Biro Humas Kementerian Perindustrian. (2020). Menjaga Laju Industri di Tengah Pandemi COVID-19. *Media Industri*, 36. <https://www.ksi-indonesia.org/id/wawasan/detail/1313-menjaga-laju-industri-di-tengah-pandemi-covid->
- Dendeng, R. C. V., Adolfina, & Uhing, Y. (2020). Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Unilever. Tbk di Manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 8(4), 21–30.
- Dinsar, A. (2020). Pengaruh Stres Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *MANDAR: Management Development and Applied Research Journal*, 2(4), 514. <https://doi.org/10.32832/manager.v2i4.3798>
- Fahmi, I. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia Teori dan Aplikasi*. PT.Alfabeta.
- Fatihudin, D. (2020). *Metodologi Penelitian Edisi Revisi Untuk Ilmu Ekonomi, Manajemen Dan Akuntansi (Revisi)*. Zifatama Jawara Sidoarjo.
- Ghozali, I. (2020). *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS*. Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hamali, A. Y. (2016). *Pemahaman Sumber Daya Manusia*. CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Hasibuan, M. S. P. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT. Bumi Aksara.
- Hendryadi, S. (2015). *Metode Riset Kuantitatif Teori dan Aplikasi pada Penelitian Bidang Manajemen dan Ekonomi Islam*. Prenada Media Group.
- Heriyanti, S. S., & Putri, R. (2021). Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Lingkungan Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT NT Cikarang. *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah)*, 4(2), 915–925. <https://doi.org/10.36778/jesya.v4i2.459>
- <https://relax.co.id/>. (2013). *Rx | Relaxology – Pemimpin Dalam Metode Relaksasi*. <https://relax.co.id/company-profile/>
- Mangkunegara, A. . A. P. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT.

Remaja Rosdakarya.

- Mukhid, A. (2021). *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. CV Jakad Media Publishing.
- Polakitang, A. F., Koleangan, R., & Ogi, I. (2019). Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Esta Group Jaya. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 7(3), 4164–4173.
- Rivai, V., & Sagala, E. J. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Perusahaan dari Teori ke Praktik*. PT Raja Grafindo.
- Robbin, S. P. J., & Timothy, A. (2017). *Perilaku Organisasi*. Selemba Empat.
- Sedarmayanti. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia, Reformasi Birokrasi dan Manajemen Pegawai Negeri Sipil*. Refika Aditama.
- Siagian, S. P. (2014). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi Aksara.
- Siregar, S. I. M. (2015). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.
- Sukoco, I., & Widodo, D. S. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Manggu Makmur.
- Suparman, D. (2020). Pengaruh Lingkungan Kerja, Pengetahuan dan Beban Kerja terhadap Kinerja Pegawai di CV. Perdana Mulia Desa Caringin Kulon Kecamatan Caringin Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ekonomedia*, 09(02), 1–16. www.stiepasim.ac.id
- Ticoalu, L. K. (2013). Organizational Citizenship Behavior (OCB) Dan Komitmen Organisasi Pengaruhnya Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, Vol. 1(No. 4), 782–790.
- Valendra, Y., Agung, S., & Firdaus, M. A. (2019). Pengaruh Stres Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan. *Manager : Jurnal Ilmu Manajemen*, 2(4), 514–526. <http://ejournal.uikabogor.ac.id/index.php/Manager/index>
- Valentina, P. (2022). *Kondisi Kinerja dan Permasalahan Karyawan di Masa Pandemi*.
- Warongan et al. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt Jordan Bakery Tomohon. *Jurnal EMBA*, 10(1), 963–972.