

**PENGARUH PRAKTIK SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP STRES
KERJA DENGAN RASA KONTROL SEBAGAI PEMEDIASI PADA
GURU DAN KARYAWAN SEKOLAH YAYASAN PANGUDI LUHUR
KOTA YOGYAKARTA**

Skripsi

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana (S1)
Pada Program Studi Manajemen
Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas Atma Jaya Yogyakarta**



Disusun oleh:

ANCILLA NANDITA DIANG NARADIYA

NPM: 19 03 25084

**FAKULTAS BISNIS DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA
YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

**PENGARUH PRAKTIK SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP STRES
KERJA DENGAN RASA KONTROL SEBAGAI PEMEDIASI PADA GURU
DAN KARYAWAN SEKOLAH YAYASAN PANGUDI LUHUR KOTA
YOGYAKARTA**



Disusun oleh:

Ancilla Nandita Diang Naradiya

NPM: 19 03 25084

Telah dibaca dan disetujui oleh:

Pembimbing



Debora Wintriarsi H., SE., MM., M.Sc.

18 Desember 2023

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH PRAKTIK SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP STRES
KERJA DENGAN RASA KONTROL SEBAGAI PEMEDIASI PADA GURU
DAN KARYAWAN SEKOLAH YAYASAN PANGUDI LUHUR KOTA
YOGYAKARTA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Ancilla Nandita Diang Naradiya

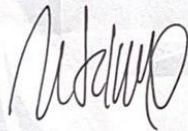
NPM: 19 03 25084

**telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
pada tanggal 12 Januari 2024
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen
(S1) Program Studi Manajemen**


SUSUNAN PANITIA PENGUJI

Ketua Panitia Penguji

Anggota Panitia Penguji



Daniel Yudistya Wardhana, SE., MEI.



Tegar Satya Putra, SE., M.Sc.



Debora Wintriarsi H., SE., MM., M.Sc.

**Yogyakarta, 19 Januari 2024
Dekan Fakultas Bisnis dan Ekonomika
Universitas Atma Jaya Yogyakarta**



Mahestu N. Krisjanti, M.Sc.IB., Ph.D
FAKULTAS BISNIS
DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan sesungguhnya menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

**PENGARUH PRAKTIK SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP STRES
KERJA DENGAN RASA KONTROL SEBAGAI PEMEDIASI PADA GURU
DAN KARYAWAN SEKOLAH YAYASAN PANGUDI LUHUR KOTA
YOGYAKARTA**

Merupakan hasil karya saya sendiri. Pernyataan, ide maupun kutipan secara langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain, dinyatakan secara tertulis di skripsi ini dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti saya melakukan plagiasi sebagian atau seluruhnya dari skripsi ini, maka gelar dan ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, 18 Desember 2023

Yang menyatakan



Ancilla Nandita Diang Naradiya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat, rahmat, dan kasih karunia yang diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi dengan judul “Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia Terhadap Stres Kerja Dengan Rasa Kontrol Sebagai Pemediasi Pada Guru dan Karyawan Sekolah Yayasan Pangudi Luhur Kota Yogyakarta”. Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk memenuhi gelar Sarjana (S1) Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, dimana dengan adanya hal tersebut, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan penyertaan-Nya sehingga peneliti dapat mengerjakan dan menyelesaikan skripsi dengan baik dan lancar.
2. Diri sendiri yang telah bertahan dan bekerja keras hingga saat ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Kedua orang tua dan kakak yang telah memberikan doa dan dukungan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. Debora Wintriarsi Handoko, SE., MM, M.Sc. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing skripsi dengan baik, membantu memberikan saran, memberi semangat, serta masukan sehingga skripsi ini dapat dikerjakan dan diselesaikan dengan baik.
5. Pihak-pihak sekolah serta karyawan dan guru yang telah bersedia mengizinkan dan berpartisipasi dalam pengisian kuesioner yang peneliti bagikan saat melakukan penelitian.
6. Teman-teman terdekat dan sahabat Dira, Silva, Dara, Rosinta, Yolanda, Rika, Rosa, Natasha yang senantiasa menemani, mendampingi, serta memberikan dukungan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

Peneliti menyadari, penulisan ini jauh dari kata sempurna dan masih banyak kurangnya. Oleh karena itu, peneliti meminta maaf apabila terdapat kesalahan di dalam penulisan skripsi ini. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat dan masukan bagi pihak yang membaca penelitian ini. Atas perhatiannya, peneliti mengucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 18 Desember 2023
Yang menyatakan,



Ancilla Nandita Diang Naradiya



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau. Janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau.”

Yesaya 41:10

“Mari kita pikirkan saja hasilnya, prosesnya mungkin sulit tetapi tidakkah kamu bersemangat memikirkan hasil yang baik keluar? Dan prosesnya juga bisa memberimu lebih banyak kekuatan. Bahkan jika kamu tidak puas dengan hasilnya, kamu akan diingatkan tentang proses yang sudah menjadi kenangan yang baik.”

Kim Mingyu

“Apapun kesulitan yang mungkin ada, saya akan melakukan yang terbaik yang saya bisa”

Kim Namjoon

“Kadang-kadang, saya merasa gelisah, melihat teman-teman saya pergi jauh dari saya dan mencoba untuk bersaing dengan kecepatan mereka hanya akan membuat saya terengah-engah. Saya segera menyadari bahwa langkah mereka bukan langkah saya sendiri. Aku akan terus pergi dengan kecepatan saya sendiri”

Kim Seokjin

.....

Skripsi ini peneliti persembahkan untuk:

Diri sendiri

Kedua orang tua

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Perumusan Masalah.....	7
1.3. Batasan Masalah.....	8
1.4. Tujuan Penelitian.....	9
1.5. Manfaat Penelitian.....	10
1.6. Sistematika Penulisan.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 <i>Work From Home</i> (WFH)	12
2.2. Stres Kerja	14
2.3. <i>Human Resources Practices</i> (Praktik Sumber Daya manusia)	19
2.4. Rasa Kontrol.....	23
2.5. Penelitian Terdahulu.....	26
2.6. Pengembangan Hipotesis	29
2.7. Kerangka Penelitian	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
3.1. Jenis Penelitian	37
3.2. Lokasi Penelitian	37
3.3. Populasi	38

3.4.	Sampel	39
3.5.	Metode Pengambilan Sampel	41
3.6.	Data Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	41
3.7.	Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel	42
3.8.	Instrumen Penelitian	43
3.9.	Metode Pengujian Instrumen	45
3.10.	Metode Analisis Data	46
3.11.	Uji Hipotesis	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		52
4.1.	Uji Instrumen	52
4.2.	Uji Statistik Deskriptif	55
4.3.	Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Stres Kerja	61
4.4.	Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Rasa Kontrol	63
4.5.	Pengaruh Rasa Kontrol terhadap Stres Kerja	64
4.6.	Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Stres Kerja dengan Rasa Kontrol Sebagai Pemediasi	66
4.7.	Pembahasan	68
BAB V PENUTUP		73
5.1.	Kesimpulan	73
5.2.	Implikasi Manajerial	74
5.3.	Keterbatasan Penelitian	75
5.4.	Saran	76
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN		81

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	26
Tabel 3.1 Jumlah Sampel Setiap Strata.....	40
Tabel 3.2 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel.....	42
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel Praktik Sumber Daya Manusia.....	52
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel Stres Kerja.....	53
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Variabel Rasa Kontrol.....	54
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas.....	55
Tabel 4.5 Profil Responden.....	56
Tabel 4.6 Penilaian terhadap Variabel Praktik Sumber Daya Manusia.....	58
Tabel 4.7 Penilaian terhadap Variabel Stres Kerja.....	59
Tabel 4.8 Penilaian terhadap Variabel Rasa Kontrol.....	60
Tabel 4.9 Uji Regresi Linier Sederhana Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Stres Kerja.....	62
Tabel 4. 10 Uji Regresi Linier Sederhana Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Rasa Kontrol.....	63
Tabel 4. 11 Uji Regresi Linier Sederhana Pengaruh Rasa Kontrol terhadap Stres Kerja.....	65
Tabel 4.12 Uji Regresi Berganda Pengaruh Praktik Sumber Daya Manusia terhadap Stres Kerja dengan Rasa Kontrol sebagai Pemediasi.....	66

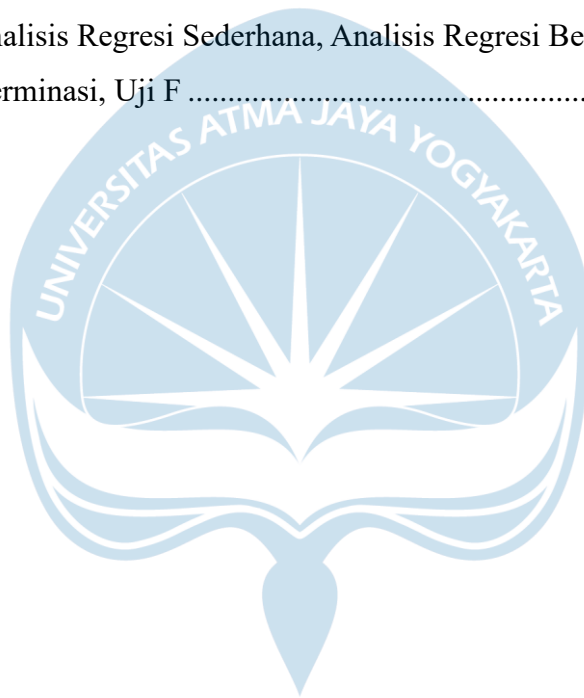
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Grafik Kasus COVID-19 di China	2
Gambar 1.2 Grafik Kasus COVID-19 di Indonesia	2
Gambar 2.1 Kerangka Penelitian	36
Gambar 4.1 Diagram Output Hubungan Antar Variabel	68



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	81
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian	86
Lampiran 3 Data Set Penelitian.....	90
Lampiran 4 Profil Responden	99
Lampiran 5 Uji Validitas Dan Reliabilitas	102
Lampiran 6 Analisis Deskriptif Variabel.....	106
Lampiran 7 Analisis Regresi Sederhana, Analisis Regresi Berganda, Uji t, Koefisien Determinasi, Uji F	108



**PENGARUH PRAKTIK SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP STRES
KERJA DENGAN RASA KONTROL SEBAGAI PEMEDIASI PADA GURU
DAN KARYAWAN SEKOLAH YAYASAN PANGUDI LUHUR KOTA
YOGYAKARTA**

Disusun oleh
Ancilla Nandita Diang Naradiya
NPM: 19 03 25084
Pembimbing
Debora Wintriarsi Handoko, SE., MM., M.Sc.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari praktik sumber daya manusia terhadap stres kerja pada karyawan dan guru selama bekerja dari rumah dengan rasa kontrol sebagai mediator di Yayasan Pangudi Luhur (SD, SMP, dan SMA Pangudi Luhur Kota Yogyakarta). Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner secara online kepada karyawan dan guru di SD, SMP, dan SMA Pangudi Luhur Kota Yogyakarta. Total responden yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 67 responden yang berhasil memenuhi kriteria. Sampel pada penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Data yang terkumpul kemudian diolah menggunakan program olah data SPSS versi 26.

Hasil dari penelitian ini menyatakan praktik sumber daya manusia berpengaruh signifikan dan negatif terhadap stres kerja dengan nilai t hitung sebesar -2,213 dengan tingkat signifikansi $0,030 < 0,05$, serta nilai Beta pada Standardized Coefficient bernilai negatif sebesar -0,265. Hasil dari penelitian ini juga menyatakan praktik sumber daya manusia berpengaruh signifikan dan positif terhadap rasa kontrol dengan nilai t hitung sebesar 2,595 dengan tingkat signifikansi $0,012 < 0,05$, serta nilai Beta pada Standardized Coefficient bernilai positif sebesar 0,306. Selain itu, hasil dari penelitian ini menyatakan rasa kontrol berpengaruh signifikan dan negatif terhadap stres kerja dengan nilai t hitung sebesar -2,644 dengan tingkat signifikansi $0,010 < 0,05$, serta nilai Beta pada Standardized Coefficient bernilai positif sebesar -0,318. Hasil dari penelitian ini juga menyatakan praktik sumber daya manusia berpengaruh positif terhadap stres kerja dengan rasa kontrol sebagai mediator dengan nilai t hitung setelah dimasukan variabel mediasi yaitu rasis kontrol sebesar -0.263 dengan tingkat signifikansi $0,169 > 0,05$. Praktik sumber daya manusia berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap rasa kontrol sehingga secara tidak langsung berpengaruh secara negatif terhadap stres kerja.

Kata kunci: Praktik Sumber Daya Manusia, Stres Kerja, Rasa Kontrol, *Work From Home*