

**STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-
KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA
KESEHATAN**

Skripsi

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana
Manajemen (S1)**

Pada Program Studi Manajemen

Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas Atma Jaya Yogyakarta



Disusun oleh:

Agata Valensia Prima Safira

NPM: 20 03 25480

FAKULTAS BISNIS DAN EKONOMIKA

UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2024

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi

**STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-
KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA
KESEHATAN**

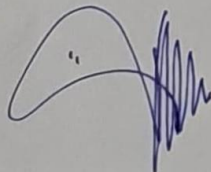
Disusun oleh:

Agata Valensia Prima Safira

NPM: 20 03 25480

Telah dibaca dan disetujui oleh:

Pembimbing



Theresia Agung Maryudi Harsiwi, SE., M.Si.

Tanggal 16 Mei 2024

Skripsi

**STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-
KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA
KESEHATAN**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Agata Valensia Prima Safira

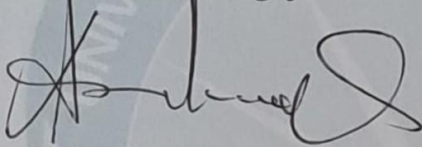
NPM: 20 03 25480

Telah dipertahankan di depan panitia penguji pada tanggal 10 Juni 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen (S1)

Program Studi Manajemen

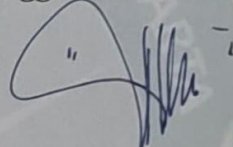
SUSUNAN PANITIA PENGUJI

Ketua Panitia Penguji

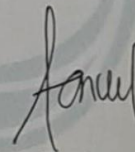


Drs. M. Parnawa Putranta, MBA., Ph.D.

Anggota Panitia Penguji



**Theresia Agung Maryudi
Harsiwi, SE., M.Si.**

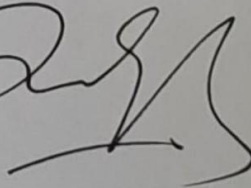


Tegar Satya Putra, SE., M.Sc.

Yogyakarta, 20 Juni 2024

Dekan Fakultas Bisnis dan Ekonomika

Universitas Atma Jaya Yogyakarta



Wenefrida Mahestu Noviantra Krisjanti, SE., M.Sc., Ph.D.

DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

PERNYATAAN

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

STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN- KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA KESEHATAN

benar-benar hasil karya saya sendiri. Pernyataan, ide, maupun kutipan baik langsung maupun tak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain dinyatakan secara tertulis dalam skripsi ini dalam catatan perut dan daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa 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, 21 Mei 2024

Yang menyatakan



Agata Valensia Prima Safira

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan bimbingannya-Nya selama proses penulisan skripsi ini. Dengan begitu, peneliti berhasil menyelesaikan skripsi dengan judul "Stres Kerja, Beban Kerja, Keseimbangan Kehidupan-Kerja, dan Intensi untuk Keluar: Studi pada Tenaga Kesehatan" sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S1) dari Program Studi Manajemen di Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya peneliti haturkan kepada pihak-pihak yang sudah mendukung dan membantu berkontribusi dalam proses penulisan skripsi ini. Peneliti yakin tanpa bantuan dan dukungan dari pihak-pihak tersebut, peneliti tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Pihak-pihak tersebut antara lain:

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu memberikan berkat, petunjuk, dan pertolongan sehingga peneliti selalu diberikan kekuatan dan dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Kedua orangtua, Mama dan Papa yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta menyertai dalam doa sehingga putri bungsunya bisa menuntaskan studinya melalui penyelesaian skripsi.
3. Kakak, Glad yang selalu memenuhi kebutuhan peneliti serta memberikan dukungan dan semangat hingga dapat melewati segala rintangan dalam menyelesaikan skripsi.

4. Ibu Th. Agung M. Harsiwi, SE., M.Si selaku dosen pembimbing yang telah berjasa dengan mengarahkan peneliti selama mengerjakan skripsi, memberikan saran, meluangkan waktu, mengerahkan tenaga dan pikiran sehingga skripsi dapat diselesaikan dengan baik.
5. Sahabat seperjuangan dalam perkuliahan, Tika yang selalu memberikan semangat dan mendengarkan segala keluh kesah dan kesulitan peneliti dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi.
6. Sahabat yang sudah dianggap peneliti sebagai kakak dan adik, Priska dan Canis dengan segala kesibukannya masing-masing, masih selalu mendengarkan, memberikan hiburan, ketenangan, dan semangat kepada peneliti.
7. Ketujuh sahabat peneliti sejak kecil, Vivin, Clares, Bulan, Azel, Nimas, Lala, Utin yang meskipun sudah menjalani kehidupan masing-masing, masih selalu ada dan memberikan bantuan kepada peneliti.
8. Sahabat sejak sekolah menengah pertama, Mora, Nadine, Chika dengan perjalanan studinya masing-masing, selalu memberikan bantuan dan semangat kepada peneliti.
9. Seluruh responden yang telah meluangkan sedikit waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian sehingga data yang diperlukan terpenuhi.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar penyusunan skripsi ini dapat diaplikasikan secara maksimal. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi peneliti maupun para pembaca.

Yogyakarta, 22 Mei 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Agata Valensia Prima Safira', written in a cursive style.

Agata Valensia Prima Safira

MOTTO

*“To every thing there is a season and a time to every purpose under the heaven”
- Ecclesiastes 3:1*

*“You don't need to see the steps all at once, you'll be overwhelmed. Just go up
one by one, you'll get there anyway”*

“Do it scared, do it unprepared or you'll never did”

DAFTAR ISI

STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA KESEHATAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN DEKAN	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
MOTTO.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
Abstrak	xiv
BAB I.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Batasan Masalah.....	6
1.4. Tujuan Penelitian.....	7
1.5. Manfaat Penelitian	7
1.6. Sistematika Penulisan	8
BAB II.....	10
2.1. Stres Kerja.....	10
2.2. Beban Kerja.....	11
2.3. Keseimbangan Kehidupan-Kerja	11
2.4. Intensi untuk Keluar.....	12
2.5. Penelitian Terdahulu.....	13
2.6. Kerangka Penelitian	16
2.7. Hipotesis.....	18
BAB III	20
3.1. Bentuk Penelitian	20
3.2. Populasi dan Sampel	20
3.3. Metode Pengambilan Sampel.....	22
3.4. Instrumen Penelitian.....	23
3.5. Metode Pengujian Instrumen	24
3.5.1. Uji Validitas.....	24
3.5.2. Uji Reliabilitas	24
3.6. Metode Analisis Data	25
3.6.1. Analisis Deskriptif.....	25
3.6.2. Analisis Korelasi	26
3.6.3. Analisis Regresi Berganda	26
BAB IV	28
4.1. Pengujian Instrumen.....	28
4.1.1. Uji Validitas.....	28
4.1.2. Uji Reliabilitas	30

4.2. Demografi Responden.....	30
4.3. Analisis Statistik Deskriptif	32
4.3.1. Stres Kerja.....	32
4.3.2. Beban Kerja.....	34
4.3.3. Keseimbangan Kehidupan-Kerja	35
4.3.4. Intensi untuk Keluar	37
4.4. Hubungan Stres Kerja, Beban Kerja, Keseimbangan Kehidupan-Kerja, dan Intensi untuk Keluar pada Tenaga Kesehatan	38
4.5. Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, Keseimbangan Kehidupan-Kerja, terhadap Intensi untuk Keluar pada Tenaga Kesehatan	40
4.6. Pembahasan.....	43
4.6.1. Pengaruh Stres Kerja terhadap Intensi untuk Keluar	43
4.6.2. Pengaruh Beban Kerja terhadap Intensi untuk Keluar.....	44
4.6.3. Pengaruh Keseimbangan Kehidupan-Kerja terhadap Intensi untuk Keluar.....	45
BAB V.....	48
5.1. Kesimpulan	48
5.2. Implikasi Manajerial	49
5.3. Keterbatasan Penelitian.....	51
5.4. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1. Hasil Uji Validitas	28
Tabel 4. 2 Hasil Uji Reliabilitas	30
Tabel 4. 3 Profil Demografi Responden.....	31
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Variabel Stres Kerja.....	32
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif Variabel Beban Kerja	34
Tabel 4. 6 Analisis Deskriptif Variabel Keseimbangan Kehidupan-Kerja	35
Tabel 4. 7 Analisis Deskriptif Variabel Intensi untuk Keluar.....	37
Tabel 4. 8 Hasil Analisis Korelasi	39
Tabel 4. 9 Hasil Regresi Linier Berganda Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan Keseimbangan Kehidupan-Kerja terhadap Intensi untuk Keluar.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Penelitian	16
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	58
Lampiran 2 Uji Validitas	61
Lampiran 3 Uji Reliabilitas.....	65
Lampiran 4 Analisis Statistik Deskriptif.....	66
Lampiran 5 Uji Korelasi.....	67
Lampiran 6 Analisis Regresi Berganda.....	68

**STRES KERJA, BEBAN KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-
KERJA DAN INTENSI UNTUK KELUAR: STUDI PADA TENAGA
KESEHATAN**

Disusun oleh:

Agata Valensia Prima Safira

NPM: 20 03 25480

Pembimbing

Th. Agung M. Harsiwi, SE., M.Si.

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh stres kerja, beban kerja, keseimbangan kehidupan-kerja terhadap intensi untuk keluar tenaga kesehatan di Pulau Jawa. Penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner menggunakan poplite by populix kepada tenaga kesehatan di Pulau Jawa. Metode pengujian instrumen menggunakan uji validitas dan reliabilitas. Metode analisis menggunakan analisis deskriptif, analisis korelasi, dan analisis regresi linier berganda. Berdasarkan hasil analisis, penelitian ini menemukan adanya pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap intensi untuk keluar pada tenaga kesehatan di Pulau Jawa. Tidak ditemukan pengaruh keseimbangan kehidupan-kerja terhadap intensi untuk keluar tenaga kesehatan di Pulau Jawa.

Kata kunci: stres kerja, beban kerja, keseimbangan kehidupan kerja, intensi untuk keluar