

TESIS

**IDENTIFIKASI STRES PADA MANAJER PROYEK  
KONSTRUKSI DAN CARA PENANGGULANGANNYA**



ELLYSA WULAN AGUSTINA  
No. Mhs.: 09.1337/PS/MTS

PROGRAM STUDI MAGISTER TEKNIK SIPIL  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA  
2012



PENGESAHAN TESIS

**Nama** : ELLYSA WULAN AGUSTINA  
**Nomor Mahasiswa** : 09.1337/PS/MTS  
**Konsentrasi** : Manajemen Konstruksi  
**Judul Tesis** : Identifikasi Stress pada Manajer Proyek Konstruksi dan Cara Penanggulangannya

**Nama Penguji**

**Tanggal**

**Tanda Tangan**

Ir. Peter F. Kaming, M. Eng., Ph. D. 09 Januari 2013

Ir. Koesmargono, M. Eng., Ph. D. 14/01/13

Ferianto Raharjo ST., MT 16/1/13

Ketua Program Studi

Ir. John Tri Hatmoko, M. Sc.

## **PERNYATAAN**

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

### **Identifikasi Stress pada Manajer Proyek Konstruksi dan Cara Penanggulangannya**

benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Pernyataan, ide, data hasil penelitian maupun kutipan baik langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain dinyatakan secara tertulis dalam tesis ini pada catatan perut atau daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa tesis ini merupakan hasil plagiasi, maka gelar ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, Desember 2012

Yang menyatakan

**Ellysa Wulan Agustina**

“ Don’ t ever let someone tell you that you can’ t do something.

**You got a dream, you gotta protect it.**

When people can’ t do something themselves, they’ re gonna tell  
you that you can’ t do it.

**If you want something GO GET IT, PERIOD!!”**

Tesis ini kupersembahkan untuk,  
My Lord **Jesus Christ**, terima kasih atas berkah dan penjagaannya,  
Mama Papa tercinta, atas dorongan dan kasih sayang tak berkesudahan,  
My Love Bonifacius Bertoni, karena dampungannya dan tak henti menyulutkan semangat,  
Kakak-kakakku tersayang atas kepercayaan dan kasih sayang,  
Sahabat-sahabatku atas waktu dan persaudaraan yang tercipta.

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji/mengidentifikasi stress pada Manajer Proyek Konstruksi dan mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat stress Manajer Proyek Konstruksi. Penelitian ini juga menggali mengenai kendala-kendala yang mempengaruhi kelangsungan proyek.

Penelitian ini menggunakan analisa kuantitatif dan analisa kualitatif. Analisis data kualitatif menggunakan perangkat lunak *Nvivo*, dengan metode pengumpulan data untuk kualitatif adalah wawancara dengan jumlah responden 5 orang yang berprofesi sebagai *Project Manager*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Project Manager* juga mengalami stress sehubungan dengan tanggung jawab dan peranannya dalam pekerjaan, dan diperoleh pula kesimpulan cara mengatasi stress kerja yang dihadapi agar pekerjaan proyek dapat memenuhi target adalah antara lain menjaga keharmonisan dengan rekan kerja; menjaga keharmonisan dengan keluarga; menjaga kebugaran jasmani dan rohani; beribadah; menjaga pola makan; berpikir positif; menjaga pola tidur; menjalankan hobby.

**Kata kunci : *Stress pada Project Manager, Faktor Stress, Kendala pada Proyek, Cara Penanggulangan, NVivo***

## **ABSTRACT**

This study aims to examine/identify stress on Construction Project Manager and find out what factors influence the level of stress on Construction Project Manager. This study also explore constraints that affect sustainability of the project.

This study uses quantitative analysis and qualitative analysis. Qualitative data analysis using Nvivo software, the data collection method for qualitative was interview with five respondents who worked as a Project Manager.

The result of this study indicate that Project Manager is also experiencing stress regarding responsibility and its role in employment, and also acquired work conclusions how to cope with stress faced in order to meet the targets of the project work are maintaining harmony with colleagues; maintaining harmony in the family; keeping physical fitness and body; worship; maintain your food patterns; think possitively; maintain sleep patterns; do your hobby.

**Keyword** : *Stress on the Project Manager, Stress Factors, Constraints on the Project, How to Handle, NVivo*

## **KATA HANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan karunia yang telah dilimpahkan-Nya sehingga Tesis ini dapat diselesaikan.

Penyusunan Tesis ini dibuat sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Dua (S2) pada Program Studi Magister Teknik Sipil, Program Pascasarjana, Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah bersedia menyumbangkan perhatian, pikiran, tenaga, dorongan dan bimbingannya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini, dengan kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Ir. Peter F. Kaming, M. Eng., Ph. D selaku Dosen Pembimbing dan Dosen Pengajar di Magister Teknik Sipil Program Magister Manajemen Konstruksi Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
2. Bapak Ir. John Tri Hatmoko, M.Sc., selaku Ketua Program Studi Magister Teknik Sipil Program Magister Manajemen Konstruksi Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
3. Bapak Ir. Harijanto Setiawan selaku Dosen Pengajar di Magister Teknik Sipil Program Magister Manajemen Konstruksi Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
4. Seluruh Dosen Pengajar Magister Teknik Sipil Program Magister Manajemen Konstruksi beserta staf admisi Universitas Atma Jaya Yogyakarta
5. Papa dan Mama tercinta, terima kasih untuk kasih sayang, dukungan, doa dan semangat yang selalu diberikan.

6. Untuk Bonifacius Bertoni Probo yang tak henti-hentinya memberikan cinta, kasih, doa dan dorongan semangat serta dukungan dalam penyusunan Tesis ini.
7. Kakak-kakakku tersayang yang selalu memberikan dukungan dalam penyusunan Tesis ini.
8. Semua responden yang telah meluangkan waktu dalam memberikan data.
9. Teman – teman dari kantor lama, PT. Krakatau Steel Engineering & Construction dan kantor baru, PT. Cipta Kridatama yang memberikan kelonggaran waktu yang luar biasa kepada saya untuk menyelesaikan penelitian tesis ini.
10. Rekan Mahasiswa Pascasarjana Pak Budi, Pak Kris, Elfran, Anie Tuati, Dian Arini dan semua rekan-rekan Mahasiswa Pascasarjana Universitas Atma Jaya Yogyakarta. Terima kasih untuk dukungan dan kebersamaannya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari segenap pembaca sekalian. Akhirnya, penulis berharap agar tesis ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis maupun pembaca sekalian. Terima kasih.

Yogyakarta, Desember 2012

Ellysa Wulan Agustina  
No. Mhs. : 09.1337/PS/MTS



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN TESIS</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA HANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	3
1.3 Batasan Masalah .....	4
1.4 Keaslian Penelitian .....	4
1.5 Tujuan Penelitian .....	4
1.6 Manfaat Penelitian .....	5
1.7 Sistematika Penulisan .....	5

<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>5</b>
2.1 Proyek Konstruksi .....	5
2.2 Manajemen Konstruksi ( <i>Construction Management/CM</i> ) .....	9
2.3 Manajer Proyek .....	9
2.4 Pengertian Stress .....	13
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	19
3.2 Uji Validitas & Reabilitas .....	19
3.2.1 Uji Validitas .....	20
3.2.2 Uji Reabilitas .....	20
3.3 Penelitian Kuantitatif .....	20
3.4 Penelitian Kualitatif .....	21
3.4.1 Data Kualitatif .....	22
3.4.2 Analisis Data Kualitatif .....	23
3.5 Isi Kuesioner .....	26
3.6 Pengolahan Data .....	26
3.6.1 Langkah-langkah Penelitian Kuantitatif .....	27
3.6.2 Langkah-langkah Penelitian Kualitatif .....	27

<b>BAB IV. ANALISIS DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
4.1 Analisis Data Responden .....	31
4.1.1 Informasi Latar Belakang .....	31
4.1.2 Informasi Pekerjaan .....	35
4.2 Uji Validitas dan Reabilitas .....	39
4.2.1 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Informasi Tingkat Stress .....	41
4.2.2 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Operasional .....	42
4.2.3 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Peran Manajerial .....	44
4.2.4 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Hubungan dengan Faktor Lainnya .....	45
4.2.5 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Karir dan Prestasi .....	46
4.2.6 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Struktur Organisasi dan Iklim .....	47
4.3 Analisis Tingkat Stress .....	48
4.4 Analisis Sumber Stress Tempat Kerja .....	49
4.5 Analisis Faktor Ruang Lingkup dan Cara Penanggulangan .....	54
4.5.1 Hasil Penelitian .....	54

4.5.2 Hasil Analisis dan Pembahasan ..... 62

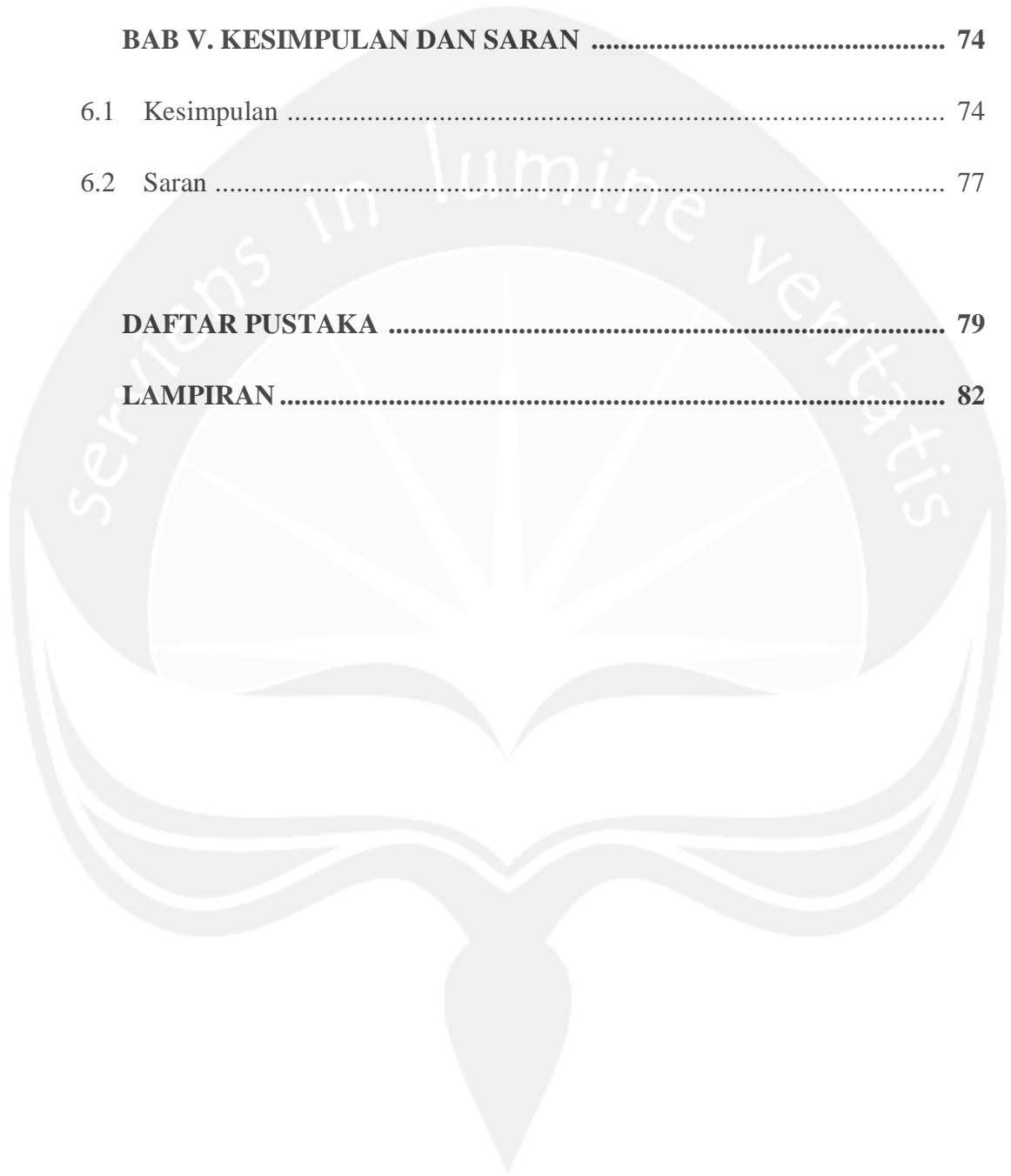
**BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN ..... 74**

6.1 Kesimpulan ..... 74

6.2 Saran ..... 77

**DAFTAR PUSTAKA ..... 79**

**LAMPIRAN ..... 82**



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.	Uji Validitas dan Reabilitas Informasi Tingkat Stress .....	41
Tabel 4.2.	Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Operasional .....	42
Tabel 4.3.	Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Peran Manajerial .....	44
Tabel 4.4.	Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Hubungan dengan Faktor Lainnya .....	45
Tabel 4.5.	Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Karir dan Prestasi .....	46
Tabel 4.6.	Uji Validitas dan Reabilitas Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Struktur Organisasi dan Iklim .....	47
Tabel 4.7.	Frekuensi Informasi Tingkat Stress .....	49
Tabel 4.8.	Frekuensi Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Operasional .....	50
Tabel 4.9.	Frekuensi Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Peran Manajerial .	51
Tabel 4.10.	Frekuensi Sumber Stress Tempat Kerja Hubungan dengan Faktor Lainnya .....	52
Tabel 4.11.	Frekuensi Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Karir dan Prestasi	52
Tabel 4.12.	Frekuensi Sumber Stress Tempat Kerja Faktor Struktur Organisasi dan Iklim .....	53
Tabel 4.13.	<i>Attribute Explorer Table</i> .....	62

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Sasaran Proyek ( <i>Triple Contrain</i> ) .....	7
Gambar 2.2	Siklus Proyek Konstruksi .....	8
Gambar 3.1	Prosedur analisis data kualitatif .....	24
Gambar 3.2	Kegiatan dalam analisis data kualitatif .....	25
Gambar 4.1	Prosentase responden berdasarkan usia .....	32
Gambar 4.2	Prosentase responden berdasarkan jenis kelamin .....	32
Gambar 4.3	Prosentase responden berdasarkan tingkat pendidikan terakhir ..	33
Gambar 4.4	Prosentase responden berdasarkan status pernikahan .....	34
Gambar 4.5	Prosentase responden berdasarkan ada tidaknya anak .....	34
Gambar 4.6	Prosentase responden berdasarkan kondisi kesehatan dalam 12 bulan terakhir, apakah secara teratur mengambil libur karena sakit .....	35
Gambar 4.7	Prosentase responden berdasarkan durasi waktu bekerja dalam satu minggu .....	36
Gambar 4.8	Prosentase responden berdasarkan level Project Manager .....	37
Gambar 4.9	Prosentase responden berdasarkan jumlah pendapatan dalam satu tahun .....	37
Gambar 4.10	Prosentase responden berdasarkan ruang lingkup pekerjaan .....	38
Gambar 4.11	Prosentase responden berdasarkan respon terhadap stress kerja di tempat kerja .....	39

Gambar 4.12 <i>Matrix Intersection</i> Kendala yang dihadapi dengan Tingkatan Project Manager .....	63
Gambar 4.13 <i>Matrix Intersection</i> Titik Kritis dengan Tingkatan Project Manager .....	68
Gambar 4.14 <i>Matrix Intersection</i> Cara Menghadapi Kendala dan Titik Kritis dengan Tingkatan Project Manager .....	70
Gambar 4.15 <i>Matrix Intersection</i> Cara Menghadapi Pekerja yang tidak taat Peraturan dengan Tingkatan Project Manager .....	71
Gambar 4.16 <i>Matrix Intersection</i> Cara Mengatasi stress kerja dengan Tingkatan Project Manager .....	72