

**PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISIOLOGIS
TERHADAP KINERJA MANAJER PROYEK**

Laporan Tugas Akhir
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana dari Universitas
Atma Jaya Yogyakarta

Oleh :

NATALIA PUTERI REMBULAN MAYANG BETARI

NPM : 09 02 13401



**PROGRAM STUDI TEKNIK SIPIL
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA
YOGYAKARTA
Juli 2014**

PERNYATAAN

Saya yang Bertanda tangan dibawah inii menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir dengan Judul :

PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISIOLOGIS TERHADAP KINERJA MANAJER PROYEK.

Benar- benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Ide, data, dan hasil penelitian maupun kutipan baik langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain dinyatakan secara tertulis dalam Tugas Akhir ini. Apabila terbukti dikemudian hari bahwa Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiasi, maka ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan saya kembalikan kepada Rektor Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, Juli 2014

Yang membuat pernyataan



(Natalia Puteri Rembulan Mayang Betari)

PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir

**PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISILOGIS TERHADAP
KINERJA MANAJER PROYEK**

Oleh :

NATALIA PUTERI REMBULAN MAYANG BETARI

NPM : 09 02 13401

Telah disetujui oleh Pembimbing

Yogyakarta, 2014

Pembimbing

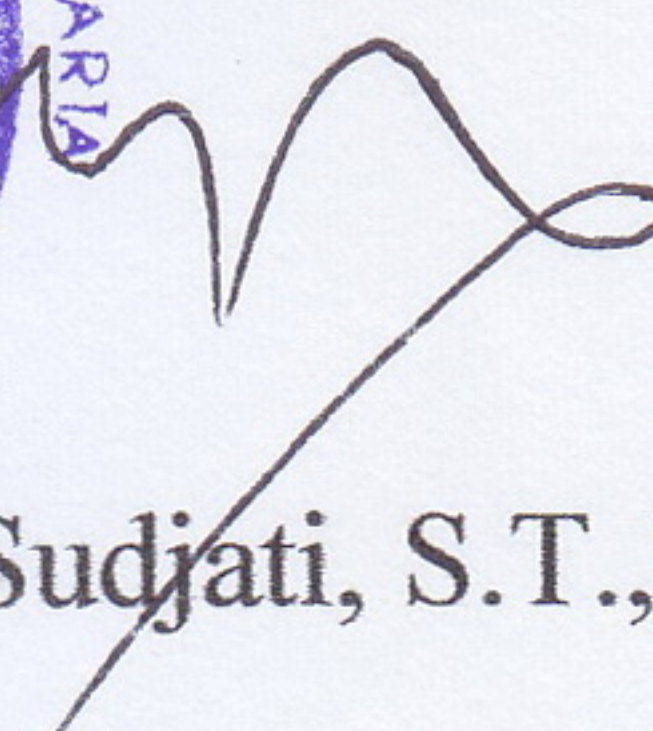


(Ir. Peter F. Kaming, M.Eng., Ph.D)

Disahkan Oleh :

Program Studi Teknik Sipil

Ketua


FAKULTAS
(J. Januar Sudjati, S.T.,M.T.)


PENGESAHAN
Laporan Tugas Akhir

**PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISILOGIS TERHADAP
KINERJA MANAJER PROYEK**

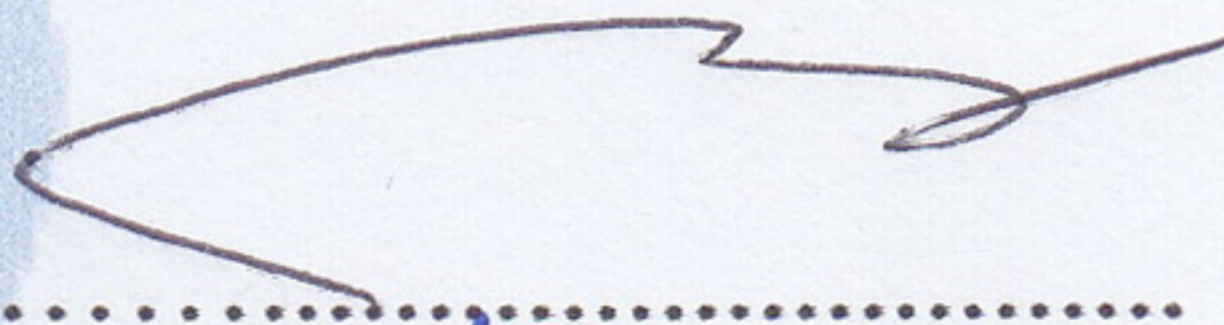

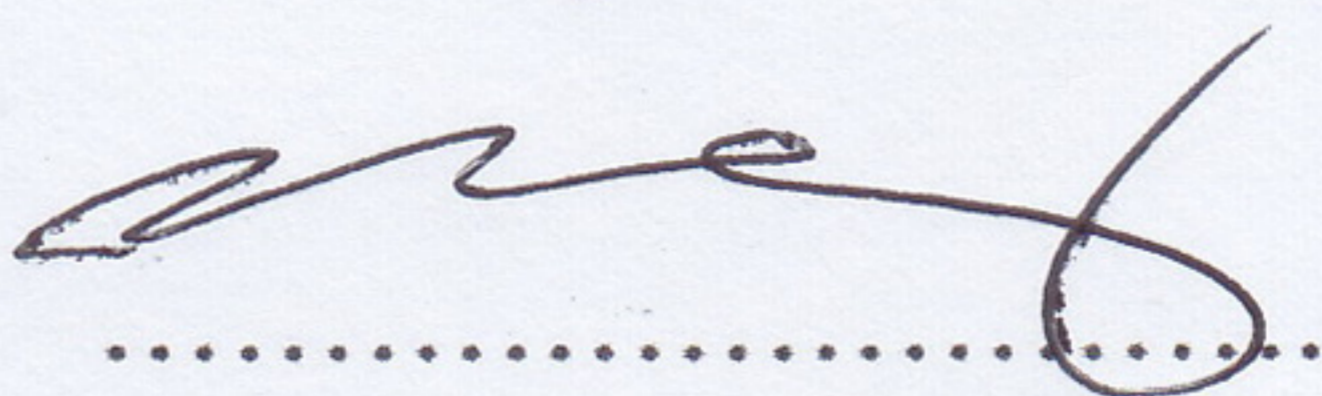


Oleh :

NATALIA PUTERI REMBULAN MAYANG BETARI

NPM : 09 02 13401

Telah diuji dan disetujui oleh :

Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua : Ir. Peter F. Kaming, M.Eng., Ph.D		11 Juli 2014
Anggota : Ferianto Raharjo, S.T., M.T.		11/7/14
Anggota : Ir.A.Koesmargono, MCM., Ph.D.		11/7/14

SKRIPSI INI KU PERSEMBAHKAN UNTUK,

Papa dan Mama...

Terimakasih atas ketulusan doa yang engkau
panjatkan,

Terima kasih atas semua yang telah engkau berikan..

Terimakasih atas segenap pengorbanan lewat air mata
dan tetesan keringat...

“ Keberhasilan hidup Anda,
Sepenuhnya ada di dalam Tanggung-Jawab Anda,
Janganlah Lagi menunggu dibuat berhasil,
Dan Jangan Ijinkan orang lain memperlambat
Keberhasilan anda..
Maka,
Keberhasilannya adalah keputusan penuh anda ”
(Mario Teguh)

Hidup bisa memberi kita 1000 alasan buat menangis,

Tapi TUHAN memberi kita 1000 alasan Untuk

TERSENYUM

KATA HANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas limpahan berkat, rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan judul “ **PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISILOGIS TERHADAP KINERJA MANAJER PROYEK** “. Laporan tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata-1 di Jurusan Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan laporan tugas akhir ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan tugas akhir ini, antara lain kepada :

1. Bapak Dr. Ir. AM. Ade Lisantono, M.Eng., selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Atma Jaya Yogyakarta
2. Bapak J. Januar Sudjati, ST., MT., selaku Ketua Program Teknik Sipil Universitas Atma Jaya Yogyakarta
3. Bapak Ir. Peter F. Kaming, M.Eng., Ph.D. selaku Dosen Pembimbing yang dengan setia dan sabar membimbing penulis dari awal hingga akhir penulisan laporan tugas akhir ini.
4. Bagian Pengajaran Fakultas Teknik Universitas Atma Jaya Yogyakarta yang telah membantu dalam bidang administrasi.

5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Teknik Universitas Atma Jaya Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Keluarga tercinta meliputi Mama, Papa, Kakak-Kakakku tersayang Lintang , Elpi, dan Si Kecil “KIA“ yang selalu setia memberikan dukungan dengan penuh cinta
7. Adik saya Ajeng yang selalu setia menemani penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
8. Terimakasih untuk Bambang Hariyanto yang selalu setia membantu saya memberikan dukungan dari awal hingga akhir menyelesaikan Tugas Akhir ini.
9. Terimakasih untuk, Natalia Elisabeth S, D.Wanda Janing, Kakak Andre serta Kak Jean yang telah berjuang bersama – sama penulis dalam mencari proyek serta dalam penyebaran kuisioner ini
10. Terima kasih untuk kaka Ria, Feron, Hilkia, dan teman-teman lain yang selalu membantu memberi semangat.
11. Terimakasih untuk kakak angkatan Josefath Reinhard dan Alvania Unik Eska, serta Sumarni Kala’ yang telah memberi masukan dan semangat bagi penulis.
12. Seluruh teman-teman Teknik Universitas Atma Jaya Yogyakarta baik yang seangkatan maupun lain angkatan. Terimakasih untuk kebersamaannya.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, baik yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis dalam menyelesaikan studi di Fakultas Teknik Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Penulis menyadari laporan tugas akhir ini tidak luput dari berbagai kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikan sehingga laporan akhir ini dapat memberikan manfaat yang banyak bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.Amin.

Yogyakarta, Juni 2014

Penulis

Natalia Puteri Rembulan M.B.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
KATA HANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR LABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan dan Batasan Masalah	4
1.3 Keaslian Tugas	4
1.4 Tujuan dan Manfaat Tugas Akhir	5
1.5 Sistematika Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Umum	7
2.2. Analisis Stres Manajer	7
2.3. Analisis Stres Kerja	9
2.3.1. Faktor-faktor yang mempengaruhi Stres Kerja	10
2.4. Analisis Kelelahan	15
2.4.1. Akibat Kelelahan	16
2.4.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kelelahan.....	17
2.4.3. Parameter Kelelahan Kerja	19
2.4.4. Hubungan Semangat Kerja dan Perasaan Kelelahan Kerja Serta Waktu Reaksi.....	20
2.5. Analisis Stres Fisiologis	20
2.6. Manajer Proyek	21
2.6.1. Tanggung Jawab Manajer Proyek Secara Khusus dalam setiap Fase	22
2.6.2. Tanggung Jawan Manajer Proyek Secara Umum.....	24

2.7. Analisis Kinerja Manajer	25
2.7.1. Penilaian Kinerja	26
2.7.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kinerja	28

BAB III METODOLIGI PENELITIAN

3.1. Obyek Penelitian	30
3.2. Metode Pengumpulan Data	30
3.3. Proses Pembuatan Kuisoner	31
3.4. Proses Penyebaran Kuisoner	32
3.5. Proses pengolahan Data	32
3.6. Metode Analisis Data	33
3.7. Analisis alat	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Data Umum Responden	38
4.2. Klasifikasi Responden	38
4.3. Pengalaman Kerja Responden	39
4.4. Deskriptif Pengaruh Stres Kerja, Kelelahan, Stres Fisiologis terhadap Kinerja Manajer Proyek	40
4.4.1. Analisis Prespektif Stres Kerja	40
4.4.2. Analisis Prespektif Fisiologis Tegangan	41
4.4.3. Analisis Prespektif Kelelahan	42
4.4.4. Analisis Kinerja di Proyek	43
4.5. Analisis Regresi	44
4.5.1. Uji Normalitas	45
4.5.2. Uji Regresi Linier Berganda	46
4.5.2.1. Metode Regresi Enter	46
4.5.2.2. Metode Regresi Stepwise	49
4.6. Pembahasan	52

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan	54
5.1.1. Deskriptif Data Umum	54
5.1.2. Penilaian Tiap Prespektif	54
5.1.3. Mengidentifikasi Kinerja Manajer Proyek di Yogyakarta	56
5.1.4. Kelemahan dalam Proses Penelitian	56
5.2. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Daftar Pertanyaan Kuisoner	61
Lampiran 2	: Rekap Hasil Kuisoner Prespektif stres kerja yang diHarapkan	66
Lampiran 3	: Rekap Hasil Kuisoner Prespektif Stres Kerja yang Sebenarnya	67
Lampiran 4	: Rekap Hasil Kuisoner Prespektif Fisiologis Tegangan	68
Lampiran 5	: Rekap Hasil Kuisoner Prespektif Kelelahan	69
Lampiran 6	: Rekap Hasil Kuisoner Prespektif Kinerja di Proyek	70
Lampiran 7	: Output SPSS	71

DAFTAR LABEL

Tabel 4.1	Tingkat Usia Responden	38
Tabel 4.2	Pengalaman Kerja Responden	39
Tabel 4.3	Kemampuan yang Diharapkan dalam Pekerjaan Proyek Konstruksi	40
Tabel 4.4	Kemampuan yang Sebenarnya dalam Pekerjaan Proyek Konstruksi	41
Tabel 4.5	Prespektif Fisiologis Tegangan	41
Tabel 4.6	Prespektif Kelelahan	42
Tabel 4.7	Prespektif Kinerja Di Proyek	43
Tabel 4.8	Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.9	<i>Coeficients Table</i> Metode Enter	47
Tabel 4.10	Uji F Metode Enter	48
Tabel 4.11	<i>Model Summary</i> Metode Enter	48
Tabel 4.12	<i>Coeficients Table</i> Metode Stepwise	50
Tabel 4.13	Uji F Metode Stepwise	51
Tabel 4.14	<i>Model Summary</i> Metode Stepwise	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Daftar Pernyataan Kuisoner	61
Lampiran 2 : Rekap Hasil Kuisoner Prespekktif Stress Kerja yang di Harapkan	66
Lampiran 3 : Rekap Hasil Kuisoner Prespekktif Stres Kerja yang Sebenarnya	67
Lampiran 4 : Rekap Hasil Kuisoner Prespekktif Fisiologis Tegangan	68
Lampiran 5 : Rekap Hasil Kuisoner Prespekktif Kelelahan	69
Lampiran 6 : Rekap Hasil Kuisoner Prespekktif kinerja diProyek	70
Lampiran 7 : Output SPSS	71

INTISARI

PENGARUH STRES KERJA, KELELAHAN, STRES FISIOLOGIS TERHADAP KINERJA MANAJER PROYEK, Natalia Puteri Rembulan Mayang Betari, NPM 09.02.13401, tahun 2014, Bidang Keahlian manajemen Konstruksi, Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Konstruksi adalah industri yang kompetitif, selalu berubah, dan menantang. Oleh karena itu, tidak mengejutkan bahwa Industri konstruksi telah lama dikenal sebagai industri stres, dan mayoritas professional yang bekerja dibidang ini menderita stres terutama manajer proyek, yang sering di dorong oleh tekanan waktu, ketidakpastian, krisis-syarat lingkungan, dan struktur sosial yang dinamis dan intrinsik untuk setiap proyek konstruksi. Keberhasilan pelaksanaan suatu proyek konstruksi sangat dipengaruhi oleh kinerja sumber daya manusianya. Penelitian ini mengkaji faktor – faktor apa saja yang dapat membuat seorang manajer proyek konstruksi mengalami stres kerja, kelelahan dan stres fisiologis serta pengaruhnya terhadap kinerjanya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempunyai pengaruh terhadap kinerja manajer proyek konstruksi, serta untuk menganalisis pengaruh stress kerja, kelelahan, stress fisiologis terhadap kinerja manajer proyek. Penelitian ini dilaksanakan melalui penyebaran kuisioner dengan sasaran responden adalah para manajer proyek yang sedang menangani proyek di daerah Yogyakarta yang dipilih secara acak. Penelitian ini dibagi menjadi 4 prespektif .yaitu prespektif stress kerja, prespektif kelelahan, prespektif fisiologis tegangan, dan prespektif kinerja di proyek. Untuk mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh pada kinerja manajer proyekk digunakan dengan menghitung Mean, SD (Standard Deviation), serta analisis regresi linier berganda dengan metode enter untuk mengetahui bagaimana pengaruhnya stres kerja, kelelahan, stres fisiologis terhadap kinerja manajer proyek.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kinerja manajer proyek adalah pada prespektif kelelahan yaitu “ 8Saya bekerja keras tetapi mencapai sedikit “. Dengan persamaan regresi $Y = 38,675 + 0,521x$. persamaan regresi ini juga menunjukkan bahwa kelelahan berpengaruh terhadap kinerja manajer proyek. Apabila setiap ada peningkatan kelelahan makka akan terjadi peningkatan efektivitas kinerja manajer proyek.

Kata Kunci : Industri Konstruksi, Manajemen Proyek, Manajemen Kinerja , Stres,