

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Variabel X

Variabel X atau stres kerja diukur melalui 24 pernyataan yang digunakan dalam penelitian ini. Berikut adalah rangkuman hasil statistik deskriptif dari variabel X atau stres kerja.

Tabel 4.1 (Statistik Deskriptif Stres Kerja)

N Valid	80
Range statistic	60
Minimum statistic	27
Maximum statistic	87
Sum statistic	4275
Mean statistic	53,44
Std. Deviation statistic	10.998
Variance statistic	120.958

Dari tabel tersebut dapat kita lihat skor stres kerja pada karyawan berada antara 27-87, nilai rata-rata sebesar 53,44 varians 120.958 dan standar deviasi 10.998. Terdapat 80 responden yang mengisi kuesioner sehingga diperoleh jawaban mengenai stres kerja di PT Malea Energy sebagai berikut.

Tabel 4.2 (Jawaban Responden Variabel Y)

No	No Item	Jawaban Responden				Jumlah Responden	Keterangan
		STS 1	TS 2	S 3	SS 4		
1	10	26	38	11	5	80	Tidak stres
Total		26	76	33	20	155	

2	5	25	25	20	10	80	Tidak stres
Total		25	50	60	40	175	
3	24	1	7	46	26	80	Tidak stres
Total		1	14	138	104	169	
4	1	19	40	14	7	80	Tidak stres
Total		19	80	42	28	179	
5	21	13	0	45	22	80	Stres
Total		0	13	135	88	236	
6	19	11	24	30	15	80	Stres
Total		11	48	90	60	209	
7	2	2	17	43	18	80	Stres
Total		2	34	129	72	237	
8	18	4	30	28	18	80	Stres
Total		4	60	84	72	220	
9	7	1	16	46	17	80	Stres
Total		1	32	138	68	239	
10	9	1	7	53	19	80	Stres
Total		1	14	159	76	250	
11	14	18	27	20	15	80	Tidak Stres
Total		18	54	60	60	192	
12	11	4	19	34	23	80	Stres
Total		4	38	102	92	236	
13	16	4	14	32	30	80	Stres
Total		4	28	96	120	248	
14	22	24	25	22	9	80	Tidak stres
Total		24	50	66	36	176	
15	8	13	29	26	12	80	Tidak stres
Total		13	58	78	48	197	
16	3	0	10	44	26	80	Stres
Total		0	20	132	104	256	
17	12	14	37	18	11	80	Tidak stres
Total		14	74	54	44	186	
18	23	4	14	32	30	80	Stres
Total		4	28	96	120	248	
19	4	10	24	36	10	80	Stres
Total		10	48	108	40	206	
20	13	1	4	46	29	80	Stres
Total		1	8	138	116	263	
21	20	25	13	27	15	80	Tidak stres
Total		25	26	81	60	192	
22	15	14	40	21	5	80	Tidak stres
Total		14	80	63	20	177	
23	17	12	36	25	7	80	Tidak stres
Total		12	72	75	28	187	
24	6	0	3	43	34	80	Tidak stres

Total	0	3	86	102	191	
	Rata-rata				209	Stres

Dari tabel tersebut dapat dilihat persepsi responden mengenai keadilan mendapatkan hasil dengan nilai rata-rata sebesar 209 dengan kategori stres. Hal ini berarti karyawan di PT Malea Energy rata-rata mengalami stres kerjai tempat kerja mereka.

2. Deskripsi Data Variabel Y

Variabel Y atau kinerja diukur dengan melalui 24 pernyataan yang digunakan dalam penelitian ini. Berikut adalah rangkuman hasil statistik deskriptif dari variabel Y atau kinerja.

Tabel 4.3 (Statistik Deskriptif Kinerja)

N Valid	80
Range statistic	47
Minimum statistic	36
Maximum statistic	83
Sum statistic	5226
Mean statistic	65,33
Std. Deviation statistic	8.854
Variance statistic	78.399

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor variabel kinerja karyawan berada pada 36-83, nilai rata-rata 65,33 varians 78.399 dan standar deviasi 8.854. Terdapat 80 responden yang mengisi kuesioner sehingga diperoleh jawaban mengenai kinerja karyawan di PT Malea Energy sebagai berikut.

Tabel 4.4 (Jawaban Responden Variabel Y)

No	No Item	Jawaban Responden				Jumlah Responden	Keterangan
		STS	TS	S	SS		
		1	2	3	4		
1	24	16	49	11	4	80	Rendah
Total		16	98	33	16	163	
2	10	5	22	37	16	80	Sedang
Total		5	44	111	64	224	
3	20	14	38	27	1	80	Rendah
Total		14	76	81	4	175	
4	6	16	32	15	17	80	Rendah
Total		16	64	45	68	193	
5	13	15	32	25	8	80	Rendah
Total		15	64	75	32	186	
6	23	27	35	16	2	80	Rendah
Total		27	70	48	8	153	
7	18	13	36	20	11	80	Rendah
Total		13	72	60	44	189	
8	3	9	38	23	10	80	Rendah
Total		9	76	69	40	194	
9	9	11	36	29	4	80	Rendah
Total		11	72	87	16	186	
10	15	8	15	44	13	80	Sedang
Total		8	30	132	52	222	
11	22	24	42	13	1	80	Rendah
Total		24	84	39	4	151	
12	4	27	40	11	2	80	Rendah
Total		27	80	33	8	148	
13	5	6	24	27	23	80	Sedang
Total		6	48	81	92	227	
14	16	15	37	21	7	80	Rendah
Total		15	74	63	28	180	
15	21	17	44	16	3	80	Rendah
Total		17	88	48	12	165	
16	2	31	38	7	4	80	Rendah
Total		31	76	21	16	144	
17	12	0	23	52	5	80	Rendah
Total		0	23	104	15	142	
18	19	9	45	20	6	80	Rendah
Total		9	90	60	24	183	
19	7	19	42	15	4	80	Rendah
Total		19	84	45	16	164	
20	11	12	18	31	19	80	Sedang
Total		12	36	93	76	217	
21	14	17	42	18	3	80	Rendah

Total	17	84	54	12	167	
22	8	16	38	20	6	80
Total	16	76	60	24	176	Rendah
23	17	24	35	17	4	80
Total	24	70	51	16	161	Rendah
24	1	24	35	13	8	80
Total	24	70	39	32	165	Rendah
Rata-rata					171	Rendah

Dari tabel tersebut dapat dilihat persepsi responden mengenai keadilan mendapatkan hasil dengan nilai rata-rata sebesar 171 dengan kategori rendah. Hal ini berarti karyawan di PT Malea Energy rata-rata mempunyai kerja yang rendah ditempat kerja mereka.

3. Deskripsi Demografis Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 80 orang yang merupakan karyawan di PT Malea Energy. Adapun karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu berdasarkan jenis kelamin dan usia.

a. Deskripsi responden berdasarkan jenis kelamin

Deskripsi responden berdasarkan berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5.1 (Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin)

Jenis kelamin	Jumlah responden	Persentase
Laki-laki	71	88,75%
Perempuan	9	11,25%
Total	80	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa dari total 80 responden, terdapat 71 atau 88,75% responden dengan jenis kelamin

laki-laki dan 9 atau 11,25% responden dengan jenis kelamin perempuan. Sehingga, jumlah responden yang ada di PT Malea Energy yang berjenis kelamin laki-laki lebih banyak dibanding yang berjenis kelamin perempuan.

b. Deskripsi responden berdasarkan usia

Deskripsi responden berdasarkan berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5.2 (Deskripsi Responden Berdasarkan Usia)

Usia	Jumlah responden	Persentase
20-35 tahun	34	42,5%
36-45 tahun	33	41,25%
46-55 tahun	11	13,75%
56-65 tahun	2	2,5%
Total	80	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dipahami bahwa dari 80 responden yang memiliki berusia antara 20-35 tahun terdiri dari 34 orang atau 42,5%. Sedangkan responden yang berusia antara 36-45 tahun terdiri dari 33 orang atau 41,25%, responden yang berusia 46-55 tahun terdiri dari 11 orang atau 13,75%, dan 56-65 tahun terdiri dari 2 atau 2,5%. Dapat disimpulkan bahwa distribusi responden berdasarkan usia menyatakan mayoritas responden berada dalam kategori 20-35 tahun.

4. Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil berasal dari populasi yang sama atau terdistribusi normal. Uji normalitas data pada penelitian menggunakan metode *kolmogorov smirnov*.

Tabel 6.1 (Uji Normalitas)

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		80
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.07859793
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.057
	Negative	-.038
Test Statistic		.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

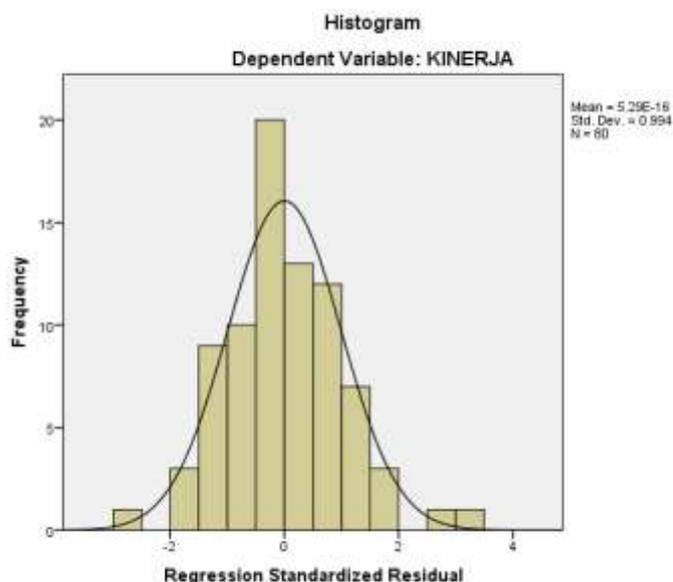
b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Pada tabel di atas merupakan hasil uji normalitas berdasarkan *kolmogorov smirnov* nilai *asyp. Sig. (2-tailed)* adalah 0,200. Berdasarkan dasar penarikan keputusan data, penelitian ini dinyatakan berdistribusi normal karena nilai tingkat signifikansinya yaitu $0,200 > 0,05$.

Gambar 1.1 (Histogram uji normalitas)



Gambar histogram di atas menunjukkan distribusi frekuensi dari residual standar regresi. Sumbu horizontal (X) mewakili residual regresi dengan titik-titik data yang berkisar -2 hingga 4. Sumbu vertikal (Y) menunjukkan frekuensi dengan nilai frekuensi maksimum di sekitar 20. Jika grafik histogram membuat pola lonceng, data dianggap berdistribusi normal. Kurva yang melengkung di atas histogram pada gambar memberi indikasi bahwa data tersebut cenderung mengikuti distribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui bentuk kaitan antara variabel independen dengan variabel dependen. Uji linearitas dalam studi ini ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 6.2 (Uji Linearitas)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KINERJA * STRES KERJA	Betwe	(Combi	5806.988	77	75.415	33.518	0.029
	en	ned)					
	Group	Linearit	4407.389	1	4407.389	1958.840	0.001
	s	y					
		Deviatio	1399,599	76	18.416	8.185	0.115
	n from						
	Linearit	y					
	Within Groups		4.500	2	2.250		
	Total		5811.488	79			

Tabel di atas merupakan tabel dari hasil analisis ANOVA (analisis varians) yang digunakan untuk memahami hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Nilai uji linearitas pada kolom nilai sig. *deviation from linearity* yaitu 0,115. Berdasarkan dasar pengambilan keputusan data pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear nilai sig. *deviation from linearity* yaitu $0,115 > 0,05$.

5. Uji Hipotesis

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis penelitian yang diajukan dengan menggunakan uji parsial (t). Uji parsial digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen (bebas) secara sendiri-sendiri terhadap variabel dependen (terikat). Uji t pada kajian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6.6 (Tabel Koefisien Uji Parsial)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	99.445	2.852		34.871	.000
	STRES KERJA	-.628	.052	-.806	-12.019	.000

a. Dependent Variable: KINERJA

$$t_{\text{tabel}} = t_{\text{hitung}} (\alpha: n-k) = (0,05: (80-2)) = (0,05: 78) = 1,990$$

Model persamaan uji T tersebut dapat dilihat nilai $t_{\text{hitung}} = -12.019$ dan $t_{\text{tabel}} = 1,990$. Berdasarkan dasar pengambilan keputusan jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada pengaruh stres terhadap kinerja. Dapat disimpulkan bahwa stres kerja berpengaruh terhadap kinerja karena nilai $12.019 > 1.990$. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai pada *unstandardized coefficient B* adalah $-0,806$ artinya terdapat arah hubungan yang negatif (berlawanan) antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini, semakin naik stres kerja maka kinerja juga akan menurun.

B. Pembahasan

Penelitian ini membahas mengenai pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan dikaji dengan menggunakan teori stres model transaksional di PT Malea Energy. Pada penelitian ini terdapat satu rumusan masalah yaitu

bagaimana pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan dengan menggunakan teori model transaksional yang dikembangkan oleh Richard Lazarus dan Susan Folkman di PT Malea Energy?

Berdasarkan hasil pengujian statistik jelas terlihat bahwa secara parsial bahwa variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen. Pengaruh yang diberikan variabel independen tersebut bersifat negatif (memiliki arah berlawanan) artinya semakin tinggi stres kerja mengakibatkan semakin rendah kinerja karyawan yang dihasilkan. Hasil tersebut sesuai dengan hipotesis alternatif yang diajukan.

Berdasarkan uji hipotesis yang menggunakan uji parsial (t) yang bertujuan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel independen (X) secara sendiri-sendiri berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (Y), maka diperoleh nilai t hitung = -12.019 dan t tabel = 1,990 dapat disimpulkan bahwa $12.019 > 1.990$ artinya variabel X berpengaruh signifikan dan negatif terhadap variabel Y. Dengan demikian, pengujian secara statistik menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh negatif terhadap kinerja karyawan. Semakin naik variabel X, maka variabel Y akan semakin turun. Sedangkan nilai signifikansi yang dihasilkan adalah 0,000 dengan $p < 0,05$.

Terdapat tanda negatif pada penelitian ini yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara stres kerja terhadap kinerja. Dengan kata lain, semakin tinggi stres kerja di PT Malea Energy semakin rendah pula kinerja yang dihasilkan karyawan. Hal ini sejalan dengan teori stres model

transaksional, yang menegaskan bahwa ketika individu menilai tuntutan lingkungan melebihi kemampuan, stres dapat meningkat dan berdampak negatif pada kinerja.

Hasil tersebut sesuai dengan teori yang dibahas dalam penelitian ini, yaitu stres muncul dari interaksi antara individu dan lingkungan, dimana dalam penelitian ini pengaruh stres kerja yang dialami oleh karyawan mempunyai pengaruh dari lingkungannya. Teori stres model transaksional menunjukkan bagaimana seseorang menilai dan mengelola stres akan sangat berpengaruh terhadap kinerjanya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Menurut teori stres model transaksional dari Susan Folkman dan Richard Lazarus, cara mengatasi stres dibagi jadi dua strategi utama:

1. *Problem-focused coping* (berfokus pada masalah), yaitu menghadapi stres dengan mencari solusi langsung, seperti menganalisis masalah, menentukan langkah-langkah pemecahan, atau mengubah situasi penyebab stres. Cocok digunakan apabila situasinya masih bisa diubah atau dikendalikan.
2. *Emotion-focused coping* (berfokus pada emosi), yaitu mengelola emosi akibat stres, misalnya dengan menerima situasi, mencari dukungan sosial, atau melakukan aktivitas yang membuat tenang, jika masalahnya tidak bisa diubah.

Jadi, menurut teori ini, *coping* stres adalah menyesuaikan cara menghadapi stres sesuai jenis dan kendalinya. Dengan menerapkan *coping*

yang tepat, karyawan bisa mengurangi dampak negatif stres, menjaga kesehatan mental, dan meningkatkan kinerja mereka.