

**Peran Sumber-Sumber Stres Kerja  
terhadap Disonansi Emosi  
(Studi pada Desainer Grafis)**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**Syahronny Limbang Margana**

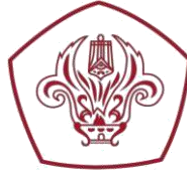
**705150118**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2019**



**Peran Sumber-Sumber Stres Kerja  
terhadap Disonansi Emosi  
(Studi pada Desainer Grafis)**

**Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menyusun skripsi sebagai tugas  
akhir program studi strata satu (S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:**

**Syahronny Limbang Margana**


**705150118**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2019**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	<b>FR-FP-04-06/R0</b>	HAL. 1/1
<b>05 NOVEMBER 2010</b>	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Syahronny Limbang Margana**

NIM : **705150118**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Peran Sumber-sumber Stres Kerja terhadap Disonansi Emosi  
(Studi pada Desainer Grafis)**

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 6 Januari 2020

Yang Memberikan Pernyataan



**Syahronny Limbang Margana**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	<b>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Syahronny Limbang Margana**  
 N I M : **705150118**  
 Alamat : **Jl. Jelambar Barat IIIB No. 5  
 Jakarta 11460**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Peran Sumber-sumber Stres Kerja terhadap Disonansi Emosi  
 (Studi pada Desainer Grafis)**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 6 Januari 2020

Yang Membuat Pernyataan



**Syahronny Limbang Margana**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**PERAN SUMBER-SUMBER STRES KERJA TERHADAP DISONANSI EMOSI  
(STUDI PADA DESAINER GRAFIS)**

**Syahronny Limbang Margana**

**705150118**



**(Dr. P. Tommy Y.S. Suyasa, Psikolog)**

**Pembimbing**

**Jakarta, 22 Januari 2020**

**Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara**



**(Dr. Rostiana, M. Si., Psikolog)**

**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**PERAN SUMBER-SUMBER STRES KERJA TERHADAP DISONANSI EMOSI  
(STUDI PADA DESAINER GRAFIS)**

**Syahronny Limbang Margana**

**705150118**

**Panitia Ujian**



**(Dr. Zamralita, M.M., Psikolog)**

**Penguji I**



**(Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.)**

**Penguji II**



**(Dr. P. Tommy Y.S. Suyasa, Psikolog)**

**Penguji III**

## KATA PENGANTAR

Pertama peneliti mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia yang telah diberikan, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peran Sumber-Sumber Stres Kerja terhadap Disonansi Emosi (Studi pada Desainer Grafis)”. Adapun maksud dan tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian syarat mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Tarumanagara.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan baik secara langsung maupun tidak langsung dalam pembuatan skripsi ini.

Pertama kepada Ayah peneliti yang selalu memberikan dukungan baik melalui doa, moral, maupun finansial selama berkuliah hingga penyusunan skripsi ini dapat selesai.

Kedua kepada Ibu peneliti yang selalu memberikan dukungan melalui doa, keteguhan moral, kesiapan mental selama berkuliah dan menyusun skripsi ini.

Ketiga kepada Adik peneliti yang sudah menjadi teman diskusi, juga terus memberikan semangat dan dukungan secara langsung maupun tidak langsung dalam tahap awal, hingga selesainya penyusunan skripsi ini.

Kemudian kepada Ibu Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Ibu Dr. Rostiana, M.Si, Psi. yang telah menjadi panutan dan terus bekerja keras demi kualitas Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Selain itu banyak penulis haturkan rasa terima kasih karena telah memberikan izin kepada penulis untuk berkarir dalam organisasi mahasiswa tingkat universitas, sehingga penulis berkesempatan menjadi Ketua Umum organisasi mahasiswa tingkat universitas

yang pertama dari Fakultas Psikologi, yakni Dewan Perwakilan Mahasiswa Universitas Tarumanagara.

Kemudian kepada Bapak Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M. Si, Psi. selaku dosen pembimbing penulis yang dengan sabar dan tulus membimbing, menjadi panutan diskusi yang sangat baik dan bersedia meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan saran kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi.

Kemudian, penulis juga ingin mengucapkan terimakasih kepada Ibu Dr. Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang selalu menyemangati dan memberikan motivasi kepada rekan-rekan mahasiswa untuk terus dapat *perform* yang terbaik. Selain itu penulis haturkan juga banyak terima kasih atas izin dan kerjasamanya pada tahap persiapan, terpilihnya, hingga masa jabatan organisasi mahasiswa penulis selesai dengan baik.

Lalu kepada Ibu Dr. Zamralita, M.M., Psi. selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, yang juga sebagai penguji pada tahap pelaksanaan penelitian, yang telah banyak memberikan saran, kritik, dan nasihat yang terus membangun. Selain itu juga penulis haturkan banyak rasa terima kasih atas kerjasamanya antar fakultas dengan universitas ketika penulis bertugas sebagai perwakilan mahasiswa tingkat Universitas Tarumanagara.

Kemudian kepada Ibu Kiky Dwi Hapsari, S.Psi, M.Psi, Psi. selaku Koordinator Program Magang selama penulis melaksanakan periode magang, yang telah membimbing dan peduli terhadap persoalan-persoalan penulis di tempat magang. Serta memberikan materi-materi yang berhubungan dengan penelitian penulis melalui kelas-kelas pada semester-semester sebelumnya.



Kepada Romo Carolus, yang mengajarkan bagaimana tentang kehidupan dan memanusiakan manusia. Kepada Ibu Meiske yang menjadi ibu asuh peneliti selama masa KKN (Kuliah Kerja Nyata) yang dilaksanakan di pedalaman Kalimantan.

Tidak lupa juga kepada mentor kelembagaan penulis, Bapak Adianto, M.Sc, P.hD yang beberapa tahun ini menjadi rekan diskusi yang baik dan mendampingi di saat penulis menjabat ketua lembaga pusat dan merasakan jatuh bangun di dalam kedinamikaan organisasi mahasiswa.

Kepada Bapak Rektor Universitas Tarumanagara Prof. Dr. Ir. Agustinus Purna Irawan telah bekerja keras bersama dengan mahasiswa khususnya teman-teman kelembagaan mahasiswa demi memajukan nama Universitas Tarumanagara.

Kepada Ketua Pengurus Yayasan Bapak Dr. Gunardi, S.H., M.H., dan juga Sekretaris Pengurus Yayasan Bapak Dr. Ariawan Gunadi, S.H., M.H., yang telah bekerja sama dengan penulis dalam membangun lingkungan Tarumanagara terutama dalam hal fasilitas dan aset, demi kebaikan keluarga besar Tarumanagara.

Kepada Klarika Permana S.H., yang terus mendorong penulis kearah yang lebih baik di saat keadaan senang maupun susah, memberikan dukungan, dan motivasi sehingga pengerjaan skripsi ini dapat terselesaikan.

Kepada organisasi mahasiswa Dewan Perwakilan Mahasiswa Periode 2018/2019, banyak terima kasih saya haturkan untuk rekan-rekan semua yang telah ada disisi penulis memperjuangkan suara mahasiswa Universitas Tarumanagara, dan membuat lingkungan peneliti menjadi lingkungan yang dikelilingi oleh orang bersikap positif.

Tidak lupa peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Bapak Dadang, Bapak Juhardi, Bapak Heru, Bapak Muji, Bapak Roni beserta staf lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti selama menyelesaikan studi hingga semester akhir ini.

Peneliti juga ingin berterima kasih kepada teman-teman yang sudah membantu menyebarkan kuesioner penelitian dan juga sudah mau mengisi kuesioner. Terakhir, kepada banyak pihak lainnya yang membantu peneliti dalam pengerjaan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih atas segala dukungan dan doa yang telah diberikan kepada peneliti. Semoga segala pihak selalu diberikan berkah, nikmat, dan kesehatan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Demikian kata pengantar ini peneliti sampaikan. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, mahasiswa, dan instansi-intansi pendidikan. Seluruh tulisan dalam skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab peneliti.

Jakarta, 9 September 2019

Syahronny Limbang Margana

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>ABSTRAK</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoretis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Disonansi Emosi .....	6
2.2 Sumber-Sumber Stres Kerja .....	7
2.3 Kerangka Berpikir .....	8
2.4 Hipotesis .....	10
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Partisipan Penelitian .....	11
3.2 Jenis Penelitian .....	12
3.3 Setting dan Peralatan Penelitian .....	12
3.4 Alat Ukur Penelitian .....	14
3.4.1 Disonansi Emosi .....	14
3.4.2 Sumber-Sumber Stres Kerja .....	15
3.5 Prosedur Penelitian .....	22
3.5.1 Persiapan Penelitian.....	22

3.5.2 Pelaksanaan Penelitian .....	23
------------------------------------	----

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA**

4.1 Gambaran Partisipan Penelitian.....	24
4.1.1 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
4.1.2 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir	25
4.1.3 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja .....	25
4.1.4 Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Perusahaan ....	26
4.2 Gambaran Variabel Penelitian.....	26
4.2.1 Gambaran Data Variabel Disonansi Emosi .....	26
4.2.2 Gambaran Data Variabel Sumber-Sumber Stres Kerja.....	27
4.3 Analisa Data Utama .....	28
4.3.1 Uji Normalitas .....	28
4.3.2 Uji Hipotesis.....	28

## **BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan .....	30
5.2 Diskusi .....	30
5.3 Saran .....	31
5.3.1 Saran Teoritis .....	31
5.3.2 Saran Praktis .....	32

<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
----------------------	----------

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>P-1</b>
----------------------------	------------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>L_1</b>
----------------------	------------

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.....	15
Tabel 2.....	22
Tabel 3.....	24
Tabel 4.....	25
Tabel 5.....	25
Tabel 6.....	26
Tabel 7.....	27
Tabel 8.....	28
Tabel 9.....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Inform Consent</i> .....	L-1
Lampiran 2a Kuesioner Penelitian.....	L-3
Lampiran 2b Tabel <i>Blueprint</i> Kuisisioner .....	L-12
Lampiran 3 Uji Reliabilitas Disonansi Emosi.....	L-13
Lampiran 4a Uji Reliabilitas Sumber-Sumber Stres Kerja Dimensi <i>Training</i> .....	L-16
Lampiran 4b Uji Reliabilitas Sumber-Sumber Stres Kerja Dimensi <i>Job Uncontrol</i> ...	L-20
Lampiran 4c Uji Reliabilitas Sumber-Sumber Stres Kerja Dimensi <i>Job Demand</i> ....	L-24
Lampiran 4d Uji Reliabilitas Sumber-Sumber Stres Kerja Dimensi <i>Daily Exposure</i>	L-26
Lampiran 4e Uji Reliabilitas Sumber-Sumber Stres Kerja Dimensi <i>Job Uncertainty</i>	L-30
Lampiran 5a Data Deskriptif Disonansi Emosi.....	L-34
Lampiran 5b Data Deskriptif Sumber-Sumber Stres Kerja .....	L-34
Lampiran 6 Uji Normalitas .....	L-34
Lampiran 7 Uji Rerata .....	L-35
Lampiran 8 Uji Regresi .....	L-39

## ABSTRAK

**Syahronny Limbang Margana (705150118)**

**Peran Sumber-Sumber Stres Kerja terhadap Disonansi Emosi (Studi pada Desainer Grafis); Dr. P. Tommy Y.S. Suyasa, S.Psi., M. Si; Program studi S1 Psikologi Universitas Tarumanagara. (i-x, 51 halaman, P1-P4, L1-L39).**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran sumber-sumber stres kerja terhadap disonansi emosi pada desainer grafis. Sumber-sumber stres kerja memiliki beberapa dimensi yaitu *job training*, *job uncontrol*, *job demand*, *daily exposure*, dan *job uncertainty*. Disonansi emosi merupakan perbedaan emosi yang ditampilkan dengan yang dirasakan. Partisipan pada penelitian ini merupakan desainer grafis yang bekerja di *corporate* dan *agency*. Jumlah partisipan ini sebanyak 215 partisipan. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *emotional labour scale* dan *job stressor questionnaire*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sumber-sumber stres kerja *job training*, *job demand*, *daily exposure* memiliki peran yang signifikan terhadap disonansi emosi, kemudian *job uncontrol* dan *job uncertainty* tidak memiliki peran signifikan terhadap disonansi emosi.

Kata kunci : sumber-sumber stres kerja, disonansi emosi, desainer grafis