



# SKRIPSI

## **Judul:**

Peran Kesiapan untuk Berubah terhadap Stres  
Kerja pada Karyawan Gen Z

## **Disusun oleh:**

SABRINA DECARLA MANDAGIE  
NIM. 705210003

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2025

## Pengesahan

Nama : SABRINA DECARLA MANDAGIE  
NIM : 705210003  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul Skripsi : Peran Kesiapan untuk Berubah terhadap Stres Kerja pada Karyawan Gen Z  
Title : The Role of Readiness for Change in Work Stress among Gen Z Employees

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 12-Desember-2024.

### Tim Penguji:

1. P. TOMMY Y. S. SUYASA, Dr., M.Si., Psikolog
2. ERIK WIJAYA, S. Psi., M. Si.
3. ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:  
ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog  
NIK/NIP: 10797001

Pembimbing Pendamping:  
ISMORO REZA PRIMA, M.Psi.,Psilologi  
NIK/NIP: 10723005



Jakarta, 12-Desember-2024

Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog