

**SKRIPSI  
PENGARUH LINGKUNGAN KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP  
STRES KERJA KARYAWAN PADA PT SINAR ALAM DUTA PERDANA  
BANJARMASIN**



**Diajukan Untuk Melengkapi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana  
Manajemen**

**Oleh :**

**MUT MEINA RAMBE**

**1810312320037**

**Mata Kuliah Pokok**

**MANAJEMEN SDM**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**2024**

**LEMBAR LEGALITAS**  
**PENGARUH LINGKUNGAN KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP**  
**STRES KERJA KARYAWAN PADA PT SINAR ALAM DUTA PERDANA**  
**BANJARMASIN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

MUT MEINA RAMBE  
NIM. 1810312320037

Telah dipertahankan di depan dosen penguji pada tanggal 7 Februari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Dosen Pembimbing



Hi. Dahniar, SE, M.Si  
NIP. 19691221 199702 2 005

Penguji I



Dr. Abdurrahman Sadikin, SE, MM  
NIP. 19790213 200112 1 001

Penguji II



Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log)  
NIP. 19780713 200212 1 002

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Manajemen

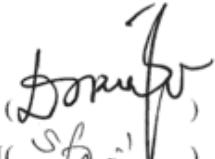




Abdul Hadi, SE, M.Si  
NIP. 19700707 200501 1 001

**LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

Nama : Mut Meina Rambe  
NIM : 1810312320037  
Jurusan : Manajemen  
Judul Skripsi : Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja terhadap  
Stres Kerja Karyawan pada PT Sinar Alam Duta  
Perdana Banjarmasin  
Mata Kuliah Pokok : Manajemen Sumber Daya Manusia  
Ujian Dilaksanakan : 7 Februari 2024

**TIM PENGUJI**

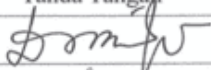


Pembimbing : Hj. Dahniar, SE, M.Si (  )  
Penguji I : Dr. Abdurrahman Sadikin, SE, MM (  )  
Penguji II : Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log) (  )

### LEMBAR BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI

Berdasarkan hasil ujian yang telah dilaksanakan oleh Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat di bawah ini:

1. Nama : Mut Meina Rambe
2. NIM : 1810312320037
3. Jurusan : Manajemen
  
4. Judul Skripsi : Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin
5. Waktu Ujian : 7 Februari 2024
6. Tempat Ujian : Ruang Ujian 2

Dengan ini telah melakukan perbaikan skripsi berdasarkan saran dari Tim Penguji:

No	Nama Tim Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Hj. Dahniar, SE, M.Si	Pembimbing	
2.	Dr. Abdurrahman Sadikin, SE, MM	Ketua	
3.	Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log)	Sekretaris	

Demikian Berita Acara Perbaikan Skripsi yang telah mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Banjarmasin, 7 Februari 2024

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi Manajemen



**Abdul Hadi, SE, M.Si**  
NIP. 19700707 200501 1 001

Mahasiswa



**MUT MEINA RAMBE**  
NIM. 1810312320037

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi ini merupakan hasil penelitian yang telah saya lakukan. Segala kutipan dan bantuan dari berbagai sumber telah diungkapkan sebagaimana mestinya. Skripsi ini belum pernah dipublikasikan untuk keperluan lain oleh siapapun juga. Apabila di kemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima akibat hukum dari ketidakbenaran pernyataan tersebut.

Banjarmasin,

Yang membuat pernyataan,



**MUT MEINA RAMBE**  
**NIM. 1810312320037**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin”**. Skripsi ini ditulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih banyak atas bantuan dari berbagai pihak yang telah berkontribusi, baik berupa waktu, saran, kritik, dorongan maupun pikirannya untuk penyusunan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini tentunya peneliti menemukan berbagai hambatan. Akan tetapi, berkat bantuan, arahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar dan baik. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki banyak kekurangan. Namun, dengan segala kekurangan dan keterbatasan, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi siapa pun yang membacanya.

Dalam tulisan ini peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Allah SWT yang telah melancarkan dan menguatkan di setiap proses yang peneliti hadapi dalam pembuatan skripsi ini.
2. Kedua Orang Tua yang sangat saya cintai, yang membesarkan, mendidik dan tiada hentinya memberikan semangat, dorongan, dukungan serta do'a untuk peneliti selama proses penulisan skripsi ini. Terima kasih atas kasih sayang, cinta, dukungan moril, materi dan rasa sabar yang diberikan selama peneliti menulis penelitian ini sampai selesai.

3. Bapak Prof. DR. Ahmad Alim Bahri, SE, M.Si. Selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
4. Bapak Prof. Dr. H. Ahmad Yunani, SE, M.Si Selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.
5. Bapak Abdul Hadi, SE, M.Si. Selaku Ketua Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.
6. Ibu Hj. Dahniar, SE, M.Si Selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, ilmu dan pengetahuan, dorongan, motivasi, kritik, saran, dan waktu kepada peneliti sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
7. Bapak Dr. Abdurrahman Sadikin, SE, MM Selaku Dosen Penguji I yang bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan masukan kepada peneliti agar penelitian ini menjadi lebih baik.
8. Bapak Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log) Selaku Dosen Penguji II yang bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan masukan kepada peneliti agar penelitian ini menjadi lebih baik.
9. Ibu Dr. RR. Yulianti Prihatiningrum, SE, M.Si Selaku Dosen Penasihat Akademik selama peneliti belajar sebagai mahasiswa di Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat
10. Seluruh Dosen Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat yang telah bersedia memberikan ilmunya kepada peneliti.
11. Kepada kawan-kawan kelas Manajemen, Manajemen Genap dan Manajemen SDM Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat. Terima kasih telah kebersamaan dari awal semester.

12. Kepada teman-teman lainnya, baik yang dekat maupun yang jauh, atas kontribusinya menemani peneliti serta memberikan dukungan dan dorongan hingga peneliti mampu bertahan sampai akhir.
13. Kepada pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu. Terima kasih telah memberikan do'a dan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung.
14. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri, telah berjuang, berusaha, dan memberikan kemampuan semaksimal dan sebisa mungkin untuk menyelesaikan skripsi ini. Sekali lagi, terima kasih telah bertahan untuk diri sendiri.

Sebagai penutup, peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa pun yang membutuhkannya. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, saran, masukan dan kritik yang membangun bagi peneliti sangat diharapkan. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti, perusahaan, dan seluruh pembaca.

Banjarmasin, 2024  
Peneliti



**MUT MEINA RAMBE**  
**NIM. 1810312320037**



## ABSTRACT

Mut Meina Rambe (2024). *The Influence of Work Environment and Workload on Employee Work Stress PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin*  
Supervisor : Dahniar

*The research aims to: 1) to analyze the effect of work environment and workload on employee work stress at PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin; 2) to analyze the effect of work environment on employee work stress at PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin; 3) to analyze the effect of workload on employee work stress at PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin.*

*The type of this research is quantitative with causal approach to determine the relationship between variables or the effect of independent variables on dependent variable. The population of this research is all employees at PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin. The sampling technique used in this research is probability sampling with a simple random sampling technique. The Respondent of this research amounts to 75 employees. The data collection technique used in this research is a questionnaire. The data analysis technique used in this research is multiple linear regression with the application of the SPSS Statistics 26 program.*

*The results of the F-test in this research showed that there is a significant effect of work environment and workload on employee work stress. The determination coefficient (R<sup>2</sup>) test result showed that work stress (Y) variable can be affected by work environment (X1) and workload (X2) by 75,3%, while the remaining 24,7% can be explained by other factors or variables that are not examined in this research. The results of the t-test in this research showed that there is a positive and significant effect of work environment on employee work stress and there is a positive and significant effect of workload on employee work stress at PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin.*

**Keywords :** *Work Environment, Workload, Work Stress*

## ABSTRAK

Mut Meina Rambe (2024). Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin  
Pembimbing : Dahniar

Tujuan penelitian ini adalah untuk : 1). Menganalisis pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin; 2). Menganalisis pengaruh lingkungan kerja terhadap stres kerja karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin; 3). Menganalisis pengaruh beban kerja terhadap stress kerja karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan bersifat sebab dan akibat (kausal) dalam melihat hubungan variabel terhadap obyek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Responden pada penelitian ini berjumlah 75 orang karyawan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linear berganda dengan aplikasi program SPSS Statistics 26.

Hasil uji F pada penelitian ini membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari variabel lingkungan kerja (X1) dan beban kerja (X2) terhadap variabel stres kerja (Y). Hasil uji koefisien determinasi R<sup>2</sup> menunjukkan bahwa variabel stres kerja (Y) dapat dipengaruhi oleh lingkungan kerja (X1) dan beban kerja (X2) sebesar 75,3%, sedangkan 24,7% sisanya dapat dijelaskan oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil uji t pada penelitian ini membuktikan adanya pengaruh negatif dan signifikan antara variabel lingkungan kerja (X1) terhadap variabel stres kerja (Y) dan adanya pengaruh yang positif dan signifikan antara beban kerja (X2) terhadap variabel stres kerja (Y) karyawan pada PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin.

**Kata Kunci** : Lingkungan Kerja, Beban Kerja, Stres Kerja

## DAFTAR ISI

<u>HALAMAN SAMPUL</u> .....	i
<u>LEMBAR LEGALITAS</u> .....	ii
<u>LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI</u> .....	iii
<u>LEMBAR BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI</u> .....	iv
<u>KATA PENGANTAR</u> .....	vi
<u>ABSTRACT</u> .....	ix
<u>ABSTRAK</u> .....	x
<u>DAFTAR ISI</u> .....	xi
<u>DAFTAR TABEL</u> .....	xiv
<u>DAFTAR GAMBAR</u> .....	xv
<u>BAB I PENDAHULUAN</u> .....	1
<u>1.1 Latar Belakang</u> .....	1
<u>1.2 Rumusan Masalah</u> .....	8
<u>1.3 Tujuan Penelitian</u> .....	8
<u>1.4 Manfaat Penelitian</u> .....	8
<u>1.5 Sistematika Penelitian</u> .....	9
<u>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</u> .....	11
<u>2.1 Landasan Teori</u> .....	11
<u>2.1.1 Lingkungan Kerja</u> .....	11
<u>2.1.2 Beban Kerja</u> .....	13
<u>2.1.3 Stres Kerja</u> .....	15
<u>2.2 Hasil Penelitian Terdahulu</u> .....	21
<u>2.3 Keterkaitan Antar Variabel</u> .....	27
<u>2.3.1 Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja</u> .....	27
<u>2.3.2 Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja</u> .....	28
<u>2.3.3 Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja</u> .....	29
<u>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</u> .....	31
<u>3.1 Kerangka Konseptual</u> .....	31
<u>3.2 Hipotesis Penelitian</u> .....	32

<u>3.2.1 Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja</u>	32
<u>3.2.2 Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja</u>	33
<u>3.2.3 Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja</u>	33
<u>BAB IV METODE PENELITIAN</u>	34
<u>4.1 Ruang Lingkup Penelitian</u>	34
<u>4.2 Jenis Penelitian</u>	34
<u>4.3 Tempat/Lokasi Penelitian</u>	35
<u>4.4 Unit Analisis</u>	35
<u>4.5 Populasi Dan Sampel</u>	35
<u>4.5.1 Populasi</u>	35
<u>4.5.2 Sampel</u>	35
<u>4.6 Variabel Dan Definisi Operasional Variabel</u>	36
<u>4.6.1 Variabel Penelitian</u>	36
<u>4.6.2 Definisi Operasional Variabel</u>	37
<u>4.7 Teknik Pengumpulan Data</u>	38
<u>4.7.1 Data Primer</u>	38
<u>4.7.2 Data Sekunder</u>	39
<u>4.8 Skala Pengukuran</u>	40
<u>4.9 Teknik Analisis Data</u>	41
<u>4.9.1 Metode Analisis Statistik Deskriptif</u>	41
<u>4.9.2 Uji Instrumen Penelitian</u>	41
<u>4.9.3 Analisis Regresi Linear Berganda</u>	43
<u>4.9.4 Uji Asumsi Klasik</u>	44
<u>4.9.5 Koefisien Determinasi</u>	45
<u>4.9.6 Uji Hipotesis</u>	46
<u>BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS</u>	47
<u>5.1 Gambaran Umum Obyek Penelitian</u>	47
<u>5.1.1 Profil Perusahaan PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin</u>	47
<u>5.1.2 Visi dan Misi PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin</u>	49
<u>5.1.3 Struktur Organisasi PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin</u>	49
<u>5.2 Hasil Penelitian dan Analisis</u>	50
<u>5.2.1 Karakteristik Responden</u>	50

<u>5.2.2 Analisis Statistik Deskriptif</u> .....	52
<u>5.2.3 Uji Instrumen Penelitian</u> .....	56
<u>5.2.4 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda</u> .....	58
<u>5.2.5 Uji Asumsi Klasik</u> .....	60
<u>5.2.6 Koefisien Determinasi</u> .....	63
<u>5.2.7 Uji hipotesis</u> .....	64
<u>5.2.8 Pembahasan Hasil Penelitian</u> .....	67
<u>5.2.9 Implikasi Hasil Penelitian</u> .....	71
<u>5.2.10 Keterbatasan Penelitian</u> .....	76
<b><u>BAB VI PENUTUP</u></b> .....	77
<u>6.1 Kesimpulan</u> .....	77
<u>6.2 Saran</u> .....	78
<b><u>DAFTAR PUSTAKA</u></b> .....	81
<b><u>LAMPIRAN-LAMPIRAN</u></b> .....	84

## DAFTAR TABEL

<u>Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu</u> .....	21
<u>Tabel 4. 1 Definisi Operasional Variabel</u> .....	36
<u>Tabel 4. 2 Kategorisasi Rata-Rata Skor Penilaian Responden</u> .....	40
<u>Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin</u> .....	49
<u>Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia</u> .....	50
<u>Tabel 5. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir</u> .....	50
<u>Tabel 5. 4 Kategorisasi Rata-Rata Skor Penilaian Responden</u> .....	51
<u>Tabel 5. 5 Analisis Statistik Deskriptif Variabel Lingkungan Kerja</u> .....	52
<u>Tabel 5. 6 Analisis Statistik Deskriptif Variabel Beban Kerja</u> .....	53
<u>Tabel 5. 7 Analisis Statistik Deskriptif Variabel Stres Kerja</u> .....	54
<u>Tabel 5. 8 Uji Validitas</u> .....	55
<u>Tabel 5. 9 Uji Reliabilitas</u> .....	57
<u>Tabel 5. 10 Analisis Regresi Linear Berganda</u> .....	58
<u>Tabel 5. 11 Uji Asumsi Klasik Normalitas Kolmogorov-Smirnov</u> .....	59
<u>Tabel 5. 12 Uji Asumsi Klasik Multikolinearitas</u> .....	60
<u>Tabel 5. 13 Uji Asumsi Klasik Heteroskedastisitas Uji Glejser</u> .....	61
<u>Tabel 5. 14 Uji Asumsi Klasik Linearitas</u> .....	62
<u>Tabel 5. 15 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)</u> .....	62
<u>Tabel 5. 16 Hasil Uji F</u> .....	63
<u>Tabel 5. 17 Hasil Uji t</u> .....	65

## DAFTAR GAMBAR

<u>Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual .....</u>	30
Gambar 5. 1 Struktur Organisasi PT Sinar Alam Duta Perdana Banjarmasin.....	49

