

## **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai derajat stres pada penyiar stasiun radio “X” di Kota Bandung. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode studi deskriptif dengan teknik survei terhadap 25 penyiar stasiun radio “X” di Kota Bandung.*

*Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek gejala stres dari McShane & Von Glinow. Uji validitas dilakukan dengan metode korelasi produk momen Pearson dan uji realibilitas dilakukan dengan metode Alpha Cronbach.*

*Berdasarkan pengolahan data, maka dapat disimpulkan 52,00% penyiar stasiun radio 'X' di Kota Bandung memiliki derajat stres tinggi. Penyiar yang berderajat stres tinggi memiliki gejala psikologis dan perilaku yang tinggi namun memiliki gejala fisiologis yang rendah. Sebanyak 48,00% penyiar stasiun radio 'X' di Kota Bandung memiliki derajat stres rendah. Penyiar yang berderajat stres rendah memiliki gejala fisiologis, psikologis dan perilaku yang rendah.*

*Peneliti mengajukan saran agar dilakukan penelitian mengenai derajat stres dengan faktor-faktor yang memengaruhinya. Saran yang diajukan bagi stasiun radio 'X' di Kota Bandung, diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai stres. Disarankan kepada stasiun radio 'X' di Kota Bandung agar dapat meningkatkan kinerja penyiar dalam memberikan kualitas siaran dan program siaran yang baik kepada pendengar.*

## ***Abstract***

*This study aims to describe stress degree on the broadcaster at radio station "X" in the city of Bandung. This study used descriptive method and survey technique that was administered to a total of 25 broadcasters of radio station "X" in the city of Bandung.*

*Measurement used in this research is questionnaire made by researcher based on on aspects of stress symptoms of McShane & Von Glinow. Validity test was conducted using Pearson correlation product moment and reliability test was conducted using Cronbach's alpha.*

*Based on data analysis, it can be concluded that 52,00% broadcasters of radio station 'X' in the city of Bandung have a high degree of stress. Broadcasters who have high degree of stress have high psychological symptoms and high behavioral symptoms but have low physiological symptoms. A total of 48,00% broadcasters of radio station 'X' in the city of Bandung has a low degree of stress. Broadcasters who have low degree of stress have low physiological symptoms, low psychological symptoms and low behavioral symptoms.*

*Researchers propose suggestions for how to do research on the degree of stress with the factors that affect it. Suggestions put forward for radio stations 'X' in the city of Bandung, expected from this research can provide information about stress. Suggested to the radio station 'X' in Bandung can improve the performance of the broadcaster in order to provide good quality broadcast and good broadcast programs to listeners.*

## DAFTAR ISI

	Halaman
Lembar Judul .....	i
Lembar Pengesahan .....	ii
Abstrak .....	iii
Kata Pengantar .....	v
Daftar Isi .....	vii
Daftar Bagan .....	x
Daftar Tabel .....	xi
Daftar Lampiran .....	xii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Kegunaan Penelitian .....	8
1.5 Kerangka Pemikiran .....	9
1.6 Asumsi Penelitian .....	17
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Stres .....	18

2.1.1	Definisi Stres .....	18
2.1.2	Sumber – sumber Stres .....	20
2.1.3	Perbedaan Individu .....	22
2.1.4	Akibat Stres .....	25
2.1.5	Mengelola Stres .....	27

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

3.1	Rancangan Penelitian .....	34
3.2	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	35
3.2.1	Variabel Penelitian .....	35
3.2.2	Definisi Operasional .....	35
3.3	Alat Ukur .....	36
3.3.1	Alat Ukur Stres .....	36
3.3.2	Data Pribadi dan Data Penunjang .....	39
3.4	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	39
3.4.1	Validitas Alat Ukur .....	39
3.4.2	Reliabilitas Alat Ukur .....	40
3.5	Populasi Sasaran .....	41
3.6	Teknik Analisis Data .....	41

## **BAB IV PEMBAHASAN**

4.1	Gambaran Responden .....	43
4.1.1	Jenis Kelamin .....	43
4.1.2	Usia .....	44
4.1.3	Lama Bekerja .....	44
4.1.4	Latar Belakang Pendidikan.....	45
4.2	Hasil Penelitian .....	45
4.3	Pembahasan .....	47

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1	Kesimpulan .....	52
5.2	Saran .....	52
5.2.1	Saran Teoritis .....	52
5.2.2	Saran Praktis .....	53

Daftar Pustaka .....	54
Daftar Rujukan .....	55

## **LAMPIRAN**

## **DAFTAR BAGAN**

1.1	Kerangka Pikir.....	16
2.1	Model Stres McShane & Von Glinow.....	19
3.1	Skema Prosedur.....	34
4.1	Kriteria Penilaian Kuesioner Stres Kerja.....	38

## DAFTAR TABEL

3.2	Kisi-kisi Alat Ukur Derajat Stres.....	36
3.3	Kriteria Penilaian Kuesioner Stres Kerja.....	38
3.4	Kriteria Reliabilitas Menurut Guilford.....	41
4.2	Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
4.3	Persentase Responden Berdasarkan Usia.....	44
4.4	Persentase Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	44
4.5	Persentase Responden Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan.....	45
4.6	Persentase Tingkat Derajat Stres Penyiar.....	46
4.7	Tabulasi Silang Derajat Stres dengan Aspek Gejala Stres.....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Kata Pengantar

Lampiran 1.2 Data Pribadi

Lampiran 1.3 Data Penunjang

Lampiran 1.4 Kuesioner Derajat Stres

Lampiran 2 Validitas dan Reliabilitas

Lampiran 3 Hasil Penelitian

Lampiran 4 Tabulasi Silang

Lampiran 4.1 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Lama Bekerja

Lampiran 4.2 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Persepsi Tentang Pekerjaan

Lampiran 4.3 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Pengalaman Kerja

Lampiran 4.3 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Pengalaman Kerja

Lampiran 4.4 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan *Locus of Control*

Lampiran 4.5 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Dukungan Sosial

Lampiran 4.6 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Permusuhan



Lampiran 4.7 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Keyakinan Diri

Lampiran 4.8 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Faktor Personal (Persoalan Keluarga sebagai sumber stres)

Lampiran 4.9 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan Faktor Organisasional (Tuntutan tugas sebagai sumber stres)

Lampiran 4.10 Tabulasi Silang antara Derajat Stres dengan dengan Faktor Lingkungan (Ketidakpastian diperpanjangnya kontrak kerja sebagai sumber stres)