

LAMPIRAN 1

ALAT UKUR DAN DATA PENUNJANG

Alat Ukur Derajat Stres, Produktivitas Kerja dan Data Penunjang

Petunjuk Pengisian:

Pada halaman berikut ini terdapat pernyataan-pernyataan mengenai keadaan saudara terhadap pekerjaan dan peran saudaraf sebagai wanita yang telah menikah dan bekerja. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama dan silahkan saudara memberikan tanda (√) di kolom yang sudah tersedia untuk setiap pernyataan sesuai dengan keadaan saudara yang sebenarnya.

Kemungkinan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:

SS =Sangat sering dialami

S =Sering dialami

J =Jarang dialami

TP =Tidak pernah dialami

Jawablah dengan spontan, segera setelah saudara membaca setiap pertanyaan, jangan terlalu lama dipikirkan. Jawablah dengan jujur sesuai dengan yang saudaraf alami atau rasakan. Kejujuran saudara dalam menjawab sangat berarti bagi penelitian ini.

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
1	Saya gelisah saat bekerja di kantor karna pekerjaan rumahtangga belum tertangani di rumah				
2	Saya mencemaskan pekerjaan rumah yang belum selesai dan anak-anak di rumah ketika bekerja di kantor				
3	Saya ingin merusak atau membanting barang-barang yang ada di sekeliling saya bila pekerjaan terasa begitu berat				
4	Saya mengomel dan bertindak kasar pada rekan kerja juga anak-anak di rumah yang menuntut saya mengerjakan semuanya				
5	Saya menghindari banyak berbicara dengan rekan kerja saat mengalami masalah di rumah				
6	Saya merasa bosan dengan tugas yang harus saya kerjakan setiap hari				
7	Saya sangat bersedih jika tidak dapat hadir pada acara-acara tertentu karena pekerjaan kantor dan rumah yang menumpuk				
8	Saya merasa lemas ketika pulang kerja				
9	Saya frustrasi terhadap masalah yang sedang saya hadapi				
10	Saya menyesal tidak dapat bersama suami dan anak saya berlibur karena sibuk dengan pekerjaan kantor				
11	Saya merasa malu telah menjadi wanita yang bekerja untuk menghidupi keluarga				
12	Saya sudah kehilangan kesabaran karena tuntutan orang-orang disekitar saya				
13	Saya sabar menyelesaikan pekerjaan kantor dan rumah yang menumpuk				
14	Saya mudah marah saat sedang menghadapi masalah di rumah dan di kantor				
15	Saya mudah tersinggung saat pekerjaan saya banyak yang terbengkalai				
16	Saya menjadi wanita pemurung saat beban pekerjaan rumah dan kantor serasa menumpuk				
17	Saya terlihat ceria saat mengerjakan pekerjaan di rumah dan kantor				

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
18	Orang-orang di sekitar saya mengatakan saya terlihat percaya diri				
19	Masalah yang saya hadapi tidak membuat saya kaku dalam bekerja				
20	Saya tetap tenang saat menghadapi masalah yang rumit				
21	Saya merasa kesepian				
22	Saya merasa dikelilingi oleh orang-orang yang menyukai dan memperhatikan saya				
23	Saya membuat banyak kesalahan di dalam rumah				
24	Saya membuat banyak kesalahan di kantor				
25	Saya memakai obat-obatan untuk menenangkan pikiran saya				
26	Saya meminum obat agar dapat tidur nyenyak				
27	Saya membentak jika marah				
28	Saya menangis berjam-jam jika sedang menghadapi permasalahan				
29	Saya menjadi banyak makan jika merasakan beban berat				
30	Saya sering mengemil makanan kecil walaupun sudah sangat kenyang jika saya merasa tertekan				
31	Saya tidak nafsu makan bila merasakan beban berat				
32	Saya minum alkohol bila sedang mengalami masalah				
33	Saya meroko bila sedang mengalami masalah				
34	Saya berteriak-teriak atau menjerit-jerit saat itu juga bila sedang memikirkan masalah saya				
35	Saya ingin memukul atau menghancurkan barang-barang saya bila sedang menghadapi masalah				
36	Saya tidak ingin tertawa tetapi lingkungan dan keadaan memaksa saya untuk tertawa				
37	Saya merasa badan saya gemetar saat sedang mengalami banyak masalah				
38	Saya sulit mengambil keputusan saat menghadapi masalah				
39	Saya kurang konsentrasi terhadap pekerjaan bila ada keluarga yang sakit				
40	Pertengkaran dengan suami membuat saya susah konsentrasi				
41	Saya lupa harus mengerjakan apa saat menghadapi banyak masalah di kantor dan keluarga				
42	Saya merasa sensitif apabila orang lain mengkritik saya				
43	Saya merasa terganggu apabila ada yang				

	membanding-bandingkan saya dengan orang lain				
No	Pernyataan	SS	S	J	TP
44	Saya keras kepala dan kaku saat orang disekitar saya banyak menuntut				
45	Saya merasa tekanan darah saya meningkat				
46	Saya menjadi lebih gemuk akhir-akhir ini				
47	Saya merasa mungkin saya menderita diabetes				
48	Saya merasa denyut jantung berdebar-debar kencang saat pekerjaan saya menumpuk				
49	Saya merasa haus saat harus mengerjakan banyak pekerjaan				
50	Bibir saya pecah-pecah saat pekerjaan begitu menumpuk dan terasa membebani				
51	Saya merasa keringat bercucuran saat mulai beraktivitas				
52	Saya merasa mata berkunang-kunang setelah sehari penuh mengerjakan pekerjaan di kantor dan di rumah				
53	Saya merasa sesak nafas saat pekerjaan saya tidak kunjung terselesaikan				
54	Saya merasakan badan saya panas-dingin				
55	Saya merasakan tenggorokan saya sakit				
56	Kaki dan tangan saya sering kesemutan				
57	Asma saya kambuh				
58	Dada dan punggung saya terasa nyeri sepulang kerja dari kantor				
59	Saya merasa seperti terkena serangan jantung				
60	Saya tidak dapat menahan buang air kecil				
61	Saya mengalami pusing dan terasa sakit kepala berdenyut-denyut				
62	Saya mengalami migren (sakit kepala sebelah)				
63	Saya mengalami mimpi buruk				
64	Saya tidak dapat tidur				
65	Saya merasa sakit, tetapi dokter mengatakan penyakit itu tidak ada				
66	Saya merasa kadar gula saya naik				
67	Kulit saya seperti gatal atau timbul bintik merah				
68	Muncul jerawat pada muka saya				
69	Saya berhubungan seksual dengan terpaksa karena kelelahan				
70	Saya mendapatkan kepuasan didalam berhubungan seksual dengan suami saya				
71	Akhir-akhir ini saya rajin masuk kerja				
72	Saya mengalami kesulitan dalam berelasi dengan bawahan saya				
73	Saya merasa kesulitan dalam bekerja sama dengan rekan kerja saya				
74	Saya tidak dapat menyelesaikan pekerjaan kantor tepat waktu				

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
75	Selama di kantor saya melakukan kesalahan-kesalahan				
76	Saya mampu bekerja dengan cepat, kadang dengan sangat lambat				
77	Saya tidak suka dengan suasana kerja di kantor				
78	Jadwal kerja saya memberatkan				
79	Saya merasa tidak puas terhadap hasil kerja saya				
80	Saya berencana untuk pindah kerja				
81	Saya berencana untuk berhenti bekerja				

Alat Ukur Produktivitas Kerja

Petunjuk pengisian:

Pada halaman berikut ini terdapat pertanyaan-pertanyaan mengenai keadaan saudara terhadap pekerjaan dan perasaan saudara. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama dan silahkan saudara memberikan tanda (√) di kolom yang sudah tersedia untuk setiap pernyataan sesuai dengan keadaan saudara yang sebenarnya.

Kemungkinan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:

SS =Sangat sesuai

CS =Cukup sesuai

KS =Kurang sesuai

TS =Tidak sesuai

Jawablah dengan spontan, segera setelah saudara membaca setiap pertanyaan, jangan terlalu lama dipikirkan. Jawablah dengan jujur sesuai dengan yang saudara alami atau rasakan. Kejujuran saudara dalam menjawab sangat berarti bagi penelitian ini.

No	Pernyataan	SS	CS	KS	TS
1	Saya telah beberapa kali tidak masuk kerja dalam 3 bulan terakhir				
2	Saya telah beberapa kali meninggalkan tempat kerja saat jam kerja bekum berahir tanpa pemberitahuan dalam 3 bulan terakhir				
3	Saya telah beberapa kali pulang kerja lebih awal tanpa seijin atasan dalam 3 bulan terakhir				
4	Saya telah beberapa kali mendapat teguran dari atasan karena kesalahan yang saya buat dalam bekerja dalam 3 bulan terakhir				
5	Saya lembur ± 3 hari dalam seminggu karena pekerjaan saya banyak yang belum terselesaikan				
6	Kehadiran saya selama 3 bulan terakhir 100%				
7	Saya memahami dan menguasai apa yang menjadi tugas saya di tempat kerja				
8	Saya mematuhi ketentuan/peraturan di tempat saya bekerja				
9	Saya bekerja dengan sungguh-sungguh dan tekun				
10	Saya tidak mampu mengambil keputusan yang tepat saat menghadapi kesulitan dalam bekerja				
11	Bila saya terpaksa harus membawa pekerjaan kantor ke rumah, saya akan menyelesaikannya segera dan membawanya keesokan harinya				
12	Saya membuat ide-ide baru untuk menyelesaikan pekerjaan saya				
13	Saya memanfaatkan waktu kerja dikantor seefektif mungkin hingga seluruh pekerjaan saya selesai tepat waktu dan saya tidak perlu lembur				
14	Saya sering menyelesaikan pekerjaan kantor tidak tepat waktu dan hasilnya kurang teliti dan rapi				
15	Saya kurang dapat bekerjasama dengan rekan kerja dan divisi lain untuk menyelesaikan masalah dalam pekerjaan				
16	Saya kurang mampu menyesuaikan diri dengan cepat apabila saya dimutasi ke Bank cabang lainnya				
17	Saya merasa kurang mampu menjalin komunikasi dengan rekan kerja dan atasan				
18	Saya kurang dapat mengikuti budaya kerja perusahaan				
19	Saya dapat menunjukkan sikap kerja yang diinginkan perusahaan				
20	Saya mampu bersikap terhadap rekan kerja dalam situasi formal				
21	Saya mampu bersikap terhadap atasan dalam situasi formal				
22	Saya kurang dapat menunjukkan loyalitas dan dedikasi pada perusahaan				
23	Saya sering menyemangati diri agar semangat bekerja				
24	Saya sering menyemangati rekan kerja agar semangat bekerja				

25	Teguran dari atasan atas pekerjaan saya membuat saya patah semangat				
26	Saya memperhatikan kesehatan dan merawat diri agar terus dapat bekerja				

Data Penunjang

Nama (Inisial) :
Usia : tahun
Pendidikan terakhir :
Jumlah anak :

Petunjuk pengisian:

Berilah tanda (X) pada jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara. Jika saudara memilih jawaban "lain-lain", mohon dituliskan jawaban saudara disampingnya. Untuk pernyataan isian, isilah pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan diri saudara secara singkat dan jelas. Jika sudah selesai, periksalah kembali agar tidak ada yang terlewatkan.

Pertanyaan

1. Seberapa sering orang-orang disekitar saudara memberikan dukungan saat saudara menghadapi kesulitan dalam pekerjaan.....
 - a. Sering memberikan dukungan
 - b. Kadang-kadang memberikan dukungan
 - c. Jarang memberikan dukungan
 - d. Tidak pernah memberikan dukungan
2. Yang cukup berperan mengatasi kesulitan saya.....
 - a. Diri sendiri
 - b. Orang lain
3. Pandangan saudara mengenai kegagalan yang dialami dalam mengerjakan pekerjaan saudara membuat saudara.....
 - a. Membuat semakin giat berusaha agar kemudian hari tidak gagal lagi
 - b. Membuat saya tidak percaya diri karena sering gagal
 - c. Membuat saya tertekan dan menghambat saya dalam pekerjaan lainnya
 - d. Lain-lainnya.....
4. Seberapa sering saudara menerima kritikan atas kegagalan saudara?
 - a. Sering sekali
 - b. Sering
 - c. Jarang

- d. Jarang sekali
5. Sejauh mana kondisi fisik yang sakit mempengaruhi saudara dalam bekerja?
 - a. Menghambat semangat kerja
 - b. Tidak berpengaruh apapun
 6. Suasana hati (mood):
 - a. Mempengaruhi kinerja saudara
 - b. Tidak mempengaruhi kinerja saudara
 7. Keluargasaudara dalam bekerja
 - a. Mendukung
 - b. Kadang mendukung kadang tidak
 - c. Tidak mendukung
 8. Menurut saudara, tuntutan peran yang diinginkan orang-orang disekitar saudara
 - a. Jelas dan sebagian besar dapat saya penuhi
 - b. Jelas namun hanya sebagian kecil yang dapat saya penuhi
 - c. Kurang jelas dan membuat saya bingung
 9. Pekerjaan yang harus saya kerjakan setiap hari di tempat kerja dan di rumah.....
 - a. Sebagian besar dapat saya selesaikan dengan baik
 - b. Cukup dapat saya selesaikan walaupun terkadang tidak
 - c. Menumpuk hingga banyak yang terbengkalai
 10. Harapan yang diinginkan orang-orang disekitar saya....
 - a. Dapat saya penuhi
 - b. Cukup dapat saya penuhi
 - c. Kurang dapat saya penuhi

LAMPIRAN 2

VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Derajat Stres

No. Item	Validitas	Kesimpulan
1	0.427	Diterima
2	0.543	Diterima
3	0.490	Diterima
4	0.379	Diterima
5	0.141	Ditolak
6	0.464	Diterima
7	0.555	Diterima
8	-0.035	Ditolak
9	0.557	Diterima
10	-0.174	Ditolak
11	0.541	Diterima
12	0.225	Ditolak
13	0.454	Diterima
14	0.044	Ditolak
15	0.444	Diterima
16	0.276	Ditolak
17	0.323	Diterima
18	0.069	Ditolak
19	0.496	Diterima
20	0.483	Diterima
21	0.650	Diterima
22	0.618	Diterima
23	0.539	Diterima
24	0.428	Diterima
25	0.222	Ditolak
26	0.488	Diterima
27	0.060	Ditolak
28	0.328	Diterima
29	0.278	Ditolak
30	0.442	Diterima
31	0.592	Diterima
32	0.328	Diterima
33	0.596	Diterima
34	0.334	Diterima
35	0.417	Diterima
36	0.368	Diterima
37	0.488	Diterima
38	0.441	Diterima
39	0.642	Diterima
40	0.591	Diterima
41	0.308	Diterima
42	0.261	Ditolak
43	0.443	Diterima
44	0.004	Ditolak

45	0.312	Diterima
46	-0.080	Ditolak
47	0.451	Diterima
48	0.321	Diterima
49	0.317	Diterima
50	0.688	Diterima
51	0.618	Diterima
52	0.469	Diterima
53	0.680	Diterima
54	0.752	Diterima
55	0.272	Ditolak
56	0.443	Diterima
57	0.380	Diterima
58	0.563	Diterima
59	0.306	Diterima
60	0.312	Diterima
61	0.328	Diterima
62	0.333	Diterima
63	0.627	Diterima
64	0.600	Diterima
65	0.379	Diterima
66	0.406	Diterima
67	0.318	Diterima
68	0.401	Diterima
69	0.330	Diterima
70	0.744	Diterima
71	0.511	Diterima
72	0.429	Diterima
73	0.526	Diterima
74	0.559	Diterima
75	0.718	Diterima
76	0.532	Diterima
77	0.320	Diterima
78	0.717	Diterima
79	0.551	Diterima
80	0.489	Diterima
81	0.396	Diterima
82	0.334	Diterima
83	0.346	Diterima
84	0.329	Diterima
85	0.359	Diterima
86	0.432	Diterima
87	0.364	Diterima
88	0.306	Diterima
89	0.334	Diterima
90	0.346	Diterima
91	0.483	Diterima
92	0.598	Diterima

93	0.644	Diterima
94	0.317	Diterima
95	0.311	Diterima

Berdasarkan SPSS 15

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.946	81

Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Produktivitas Kerja

No. Item	Validitas	Kesimpulan
1	0.641	Diterima
2	0.321	Diterima
3	0.350	Diterima
4	0.378	Diterima
5	0.353	Diterima
6	0.495	Diterima
7	0.561	Diterima
8	0.593	Diterima
9	0.697	Diterima
10	0.384	Diterima
11	0.545	Diterima
12	0.439	Diterima
13	0.450	Diterima
14	0.596	Diterima
15	0.718	Diterima
16	0.426	Diterima
17	0.720	Diterima
18	0.641	Diterima
19	0.585	Diterima
20	0.574	Diterima
21	0.608	Diterima
22	0.535	Diterima
23	0.474	Diterima
24	0.151	Ditolak
25	0.541	Diterima
26	0.320	Diterima
27	0.627	Diterima

Berdasarkan SPSS 15

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	26

LAMPIRAN 4
TABULASI SILANG

L 4.1 Tabulasi Silang Antara Tuntutan Peran dan Derajat Stres

		Derajat Stres	
		Tinggi	Rendah
Tuntutan peran yang diinginkan orang-orang di sekitar	Jelas dan sebagian besar dapat dipenuhi	0 0%	27 84.37%
	Jelas namun hanya sebagian kecil yang dapat dipenuhi	2 100%	1 3.12%
	Kurang jelas dan membuat saya bingung	0 0%	4 12.5%
Total		2 100%	32 100%

L 4.2 Tabulasi Silang Harapan Yang Diinginkan Lingkungan sosial dan Derajat Stres

		Derajat Stres	
		Tinggi	Rendah
Harapan yang diinginkan oleh orang-orang disekitar saya	Yakin dapat saya penuhi	0 0%	29 90.62%
	Cukup yakin dapat saya penuhi	2 100%	3 3.37%
	Kurang yakin dapat saya penuhi	0 0%	0 0%
Total		2 100%	32 100%

L 4.3 Tabulasi Silang Kesanggupan Menyelesaikan pekerjaan dan Derajat Stres

		Derajat Stres	
		Tinggi	Rendah
Pekerjaan yang harus saya kerjakan setiap hari di tempat kerja dan di rumah	Sebagian besar dapat saya selesaikan dengan baik	0 0%	25 78.12%
	Cukup dapat saya selesaikan walaupun terkadang tidak	1 50%	3 9.37%
	Menumpuk sehingga banyak yang terbengkalai	1 50%	4 12.5%
Total		2 100%	32 100%

LAMPIRAN 5
SEJARAH PT. "X"

SEJARAH PT. X

Bank X berdiri pada tanggal 2 Oktober 1998 sebagai bagian dari program restrukturisasi perbankan yang dilaksanakan oleh Pemerintah Indonesia. Pada bulan Juli 1999, empat bank milik pemerintah yaitu Bank DN, Bank BD, Bank EII dan Bank PI bergabung menjadi Bank X. Keempat bank tersebut telah turut membentuk riwayat perkembangan perbankan di Indonesia dimana sejarahnya berawal pada lebih dari 140 tahun yang lalu.

Pada saat ini, berkat kerja keras lebih dari 21.000 karyawan yang tersebar di 909 kantor cabang dan didukung oleh anak perusahaan yang bergerak di bidang investment banking, perbankan syariah serta bancassurance, Bank X menyediakan solusi keuangan yang menyeluruh bagi perusahaan swasta maupun milik Negara, komersial, usaha kecil dan mikro serta nasabah consumer.

Pada tanggal 14 Juli 2003, Pemerintah Indonesia melakukan divestasi sebesar 20% atas kepemilikan saham di Bank X melalui penawaran umum perdana (IPO). Selanjutnya pada tanggal 11 Maret 2004, Pemerintah Republik Indonesia melakukan divestasi lanjutan atas 10% kepemilikan di Bank X.

Bank X saat ini merupakan salah satu bank yang besar di Indonesia dalam jumlah aktiva, kredit dan dana pihak ketiga. Total aktiva per 31 Desember 2005 sebesar Rp 254,3 triliun (USD25,9 miliar) dengan pangsa pasar sebesar 18,0% dari total aktiva perbankan di Indonesia. Jumlah dana pihak ketiga Bank X sebesar Rp 199,0 triliun atau sama dengan 17,6% dari total dana pihak ketiga secara nasional, dimana jumlah tabungan merupakan 16% dari total tabungan secara nasional. Begitu pula dengan pangsa pasar deposito berjangka sebesar 19,1% dari total deposito berjangka di Indonesia. Selama tahun 2005, pertumbuhan dana pihak ketiga kami sebesar 5,8%, sementara pertumbuhan kredit sebesar 13,3%. Bank X memiliki

struktur permodalan yang kokoh dengan Rasio Kecukupan Modal (Capital Adequacy Ratio-CAR) sebesar 23,7% pada akhir tahun 2005, jauh diatas ketentuan minimum Bank Indonesia sebesar 8%.

Tantangan ke Depan

Dengan kinerja keuangan yang semakin membaik dan keberhasilan berbagai program transformasi bisnis dalam beberapa tahun terakhir, Bank X bertekad untuk memasuki tahapan strategis menjadi salah satu Bank terkemuka di kawasan regional Asia Tenggara (*Regional Champion Bank*). Visi strategis tersebut diawali dengan tahapan mengembangkan kekuatan di semua segmen nasabah untuk menjadi universal bank yang mendominasi pasar perbankan domestik (*Domestic Power House*), dengan fokus pada pertumbuhan segmen *consumer* dan *commercial*.

Dengan menguasai pasar Indonesia sebagai *fastest growing market* di Asia Tenggara, Bank X berada dalam posisi lebih menguntungkan dibanding pesaing pesaing regional.

Visi: :

Bank terpercaya pilihan anda

Misi :

- Berorientasi pada pemenuhan kebutuhan pasar
- Mengembangkan sumber daya manusia professional
- Memberi keuntungan yang maksimal bagi stakeholder
- Melaksanakan manajemen terbuka

Peduli terhadap kepentingan masyarakat dan lingkungan