

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah	9
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	9
1.2.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis	11
BAB II KAJIAN PUTSAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS	
2.1 Kajian Pustaka.....	12
2.1.1 Teori Ilmu Manajemen.....	12
2.1.1.1 Pengertian Manajemen.....	12
2.1.1.2 Fungsi Manajemen	12
2.1.2 Manajemen Sumber Daya Manusia	13
2.1.2.1 Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	13

2.1.2.2 Fungsi Manajemen Sumber Daya Manusia	14
2.1.2.3 Tujuan Manajemen Sumber Daya Manusia	16
2.1.2.4 Komponen Manajemen Sumber Daya Manusia	18
2.1.3 Stres Kerja.....	19
2.1.3.1 Pengertian Stres Kerja.....	19
2.1.3.2 Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja	20
2.1.3.3 Jenis-Jenis Stres Kerja.....	21
2.1.3.4 Dampak Stres Kerja	21
2.1.3.5 Indikator Stres Kerja	22
2.1.4 Kesehatan Mental.....	23
2.1.4.1 Pengertian Kesehatan Mental.....	23
2.1.4.2 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	23
2.1.4.3 Tolok Ukur dan Kriteria Kesehatan Mental.....	24
2.1.4.4 Indikator Kesehatan Mental	25
2.1.5 Kinerja Karyawan	26
2.1.5.1 Pengertian Kinerja Karyawan	26
2.1.5.2 Manfaat dan Tujuan Kinerja Karyawan.....	26
2.1.5.3 Jenis-Jenis Kinerja Karyawan	27
2.1.5.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan.....	28
2.1.5.5 Indikator Kinerja Karyawan.....	28
2.1.6 Penelitian Terdahulu	29
2.2 Kerangka Pemikiran.....	31
2.3 Hipotesis.....	36

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian yang Digunakan	37
3.2 Definisi dan Operasionalisasi Variabel	38
3.2.1 Definisi Variabel	38
3.2.2 Operasionalisasi Variabel	40
3.3 Populasi dan Sampel	41
3.3.1 Populasi	41
3.3.2 Sampel	42
3.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data	43
3.4.1 Sumber Data	43
3.4.2 Teknik Pengumpulan Data	43
3.5 Teknik Analisa Data	45
3.6 Tempat dan Waktu Penelitian	54
3.6.1 Tempat Penelitian	54
3.6.2 Waktu Penelitian	54

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	55
4.1.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	55
4.1.1.1 Profil Singkat PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis ..55	
4.1.1.2 Budaya PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	56
4.1.1.3 Tugas Pokok PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis ...58	
4.1.1.4 Keunggulan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis58	

4.1.1.5 Struktur Organisasi PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	59
4.1.2 Karakteristik Responden	60
4.1.3 Deskripsi Variabel yang Diteliti	62
4.1.3.1 Hasil Penelitian tentang Stres Kerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	64
4.1.3.2 Hasil Penelitian tentang Kesehatan Mental Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	76
4.1.3.3 Hasil Penelitian tentang Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	88
4.1.4 Hasil Pengujian Hipotesis	101
4.1.4.1 Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	101
4.1.4.2 Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis.....	106
4.1.4.3 Pengaruh Stres Kerja dan Kesehatan Mental Terhadap Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis.....	110
4.2 Pembahasan.....	118
4.2.1 Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	118
4.2.2 Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Kinerja Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	120

4.2.3 Pengaruh Stres Kerja dan Kesehatan Mental Terhadap Kinerja

Karyawan PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis.....122

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan124

5.2 Saran.....124

DAFTAR PUSTAKA127

LAMPIRAN-LAMPIRAN131

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Pra Survey Kinerja Karyawan	6
Tabel 1.2 Hasil Pra Survey Stres Kerja.....	7
Tabel 1.3 Hasil Pra Survey Kesehatan Mental.....	8
Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	29
Tabel 3.1 Operasionalisasi Variabel	40
Tabel 3.2 Data Karyawan Berdasarkan Jabatan.....	42
Tabel 3.3 Pembobotan Nilai Jawaban.....	44
Tabel 3.4 Pedoman Untuk Menentukan Interpretasi Koefisien Korelasi	46
Tabel 3.5 Pedoman Untuk Menentukan Interpretasi Koefisien Korelasi	48
Tabel 3.6 Pedoman Untuk Menentukan Interpretasi Koefisien Korelasi	52
Tabel 3.7 Jadwal Penelitian.....	54
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	60
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	61
Tabel 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	62
Tabel 4.5 Interpretasi Jawaban Responden.....	63
Tabel 4.6 Tanggapan Responden Terhadap Saya Sering Mengalami Denyut Jantung Lebih Cepat Saat Bekerja	64
Tabel 4.7 Tanggapan Responden Terhadap Saya Sering Mengalami Pusing Saat Bekerja	65
Tabel 4.8 Tanggapan Responden Terhadap Saya Merasa Mudah Marah Saat Bekerja Dibawah Terik Matahari.....	66

Tabel 4.9 Tanggapan Responden Terhadap Saya Sering Mengalami Kecemasan Saat Bekerja	67
Tabel 4.10 Tanggapan Responden Terhadap Saya Merasa Malas Saat Bekerja Akibat Ketidakpuasan Kerja	68
Tabel 4.11 Tanggapan Responden Terhadap Saya Merasa Tertekan Saat Pekerjaan Tidak Berjalan Sebagaimana Mestinya.....	69
Tabel 4.12 Tanggapan Responden Terhadap Saya Mengalami Penurunan Produktivitas Dalam Bekerja	70
Tabel 4.13 Tanggapan Responden Terhadap Saya Kesulitan Tidur Karena Teringat Pekerjaan yang Tertunda	71
Tabel 4.14 Tanggapan Responden Terhadap Saya Terkadang Bermalas-malasan Ketika Bekerja.....	72
Tabel 4.15 Tanggapan Responden Terhadap Saya Selalu Bersemangat Ketika Bekerja	73
Tabel 4.16 Hasil Jawaban Responden Terhadap Stres Kerja	74
Tabel 4.17 Klasifikasi Interval.....	75
Tabel 4.18 Tanggapan Responden Terhadap Saya Merasakan Perasaan Bimbang Saat Melakukan Pekerjaan	76
Tabel 4.19 Tanggapan Responden Terhadap Saya Terkadang Merasa Iri Kepada Karyawan yang Telah Mencapai Target Terlebih Dahulu Dibanding Saya	77
Tabel 4.20 Tanggapan Responden Terhadap Terik Matahari yang Menyengat Membuat Saya Sulit Berkonsentrasi Saat Melakukan Pekerjaan	78

Tabel 4.21 Tanggapan Responden Terhadap Banyaknya Target yang Harus Dicapai Membuat Kemampuan Berfikir Saya Menurun	79
Tabel 4.22 Tanggapan Responden Terhadap Terik Matahari yang Menyengat Membuat Saya Sering Lupa Saat Melakukan Pekerjaan	80
Tabel 4.23 Tanggapan Responden Terhadap Perilaku Customer yang Tidak Sesuai Sebagaimana Mestinya Membuat Ketenangan Saya Terganggu.....	81
Tabel 4.24 Tanggapan Responden Terhadap Perkataan Customer yang Tidak Sesuai Terkadang Menyakiti Perasaan Saya.....	82
Tabel 4.25 Tanggapan Responden Terhadap Saya Sering Mengalami Pusing atau Sakit kepala Saat Melakukan Pekerjaan	83
Tabel 4.26 Tanggapan Responden Terhadap Saya Sering Mengalami Telat Makan Sehingga Menyebabkan Mual dan Muntah.....	84
Tabel 4.27 Tanggapan Responden Terhadap Bekerja Dibawah Terik Matahari Membuat Saya Letih dan Lesu.....	85
Tabel 4.28 Hasil Jawaban Responden Terhadap Kesehatan Mental.....	86
Tabel 4.29 Klasifikasi Interval.....	87
Tabel 4.30 Tanggapan Responden Terhadap Saya Dapat Menyelesaikan Pekerjaan Tepat Waktu	89
Tabel 4.31 Tanggapan Responden Terhadap Saya Dapat Mencapai Target yang Ditetapkan Perusahaan Tiap Bulannya	90
Tabel 4.32 Tanggapan Responden Terhadap Saya Dapat Mencapai Target Pribadi Tiap Bulannya	91

Tabel 4.33 Tanggapan Responden Terhadap Saya Mampu Menyelesaikan Pekerjaan dengan Cermat dan Teliti	92
Tabel 4.34 Tanggapan Responden Terhadap Saya Memerlukan Bantuan Karyawan Lain Untuk Menyelesaikan Pekerjaan Saya	93
Tabel 4.35 Tanggapan Responden Terhadap Bantuan Dari Karyawan Lain Membuat Saya Dapat Menyelesaikan Pekerjaan dengan Tepat Waktu	94
Tabel 4.36 Tanggapan Responden Terhadap Tuntutan Dari Customer dan Perusahaan Membuat Saya Mampu Melakukan Improvisasi dalam Melakukan Pekerjaan	95
Tabel 4.37 Tanggapan Responden Terhadap Saya Siap Mengemban Tugas yang Perusahaan Berikan	96
Tabel 4.38 Tanggapan Responden Terhadap Saya Mampu Beradaptasi dengan Cepat Ketika Perusahaan Meminta Saya Untuk Berpindah Divisi	97
Tabel 4.39 Tanggapan Responden Terhadap Saya Mampu Mengembangkan <i>Skill</i> dan Kemampuan Saya Tiap Bulannya	98
Tabel 4.40 Hasil Jawaban Responden Terhadap Kinerja Karyawan	99
Tabel 4.41 Klasifikasi Interval	101
Tabel 4.42 Tabulasi Hasil Perhitungan Stres Kerja (Variabel X_1) dan Kinerja Karyawan (Variabel Y) PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	101
Tabel 4.43 Tabulasi Hasil Perhitungan Kesehatan Mental (Variabel X_2) dan Kinerja Karyawan (Variabel Y) PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	106

Tabel 4.44 Tabulasi Hasil Perhitungan Stres Kerja (Variabel X_1), Kesehatan Mental (Variabel X_2), dan Kinerja Karyawan (Variabel Y) PT. Semut Merah Squad (J&T Express) Ciamis	111
---	-----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Paradigma Penelitian.....	36
Gambar 4.1 Struktur Organisasi Perusahaan	60