

DAFTAR ISI

COVER/HALAMAN MUKA

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PENGESAHAN

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS

ABSTRAK

KATA PENGANTAR..... i

DAFTAR ISI..... v

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GAMBAR xi

DAFTAR LAMPIRAN xii

BAB I PENDAHULUAN..... 1

1.1 Latar Belakang Penelitian..... 1

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah 7

1.2.1 Identifikasi Masalah..... 7

1.2.2 Rumusan Masalah 7

1.3 Tujuan Penelitian 8

1.4 Manfaat Penelitian..... 8

1.4.1 Manfaat Teoritis 8

1.4.2 Manfaat Praktis 9

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

..... 10

2.1 Kajian Pustaka 10

2.1.1 Teori Ilmu Manajemen 10

2.1.1.1 Pengertian Manajemen 10

2.1.1.2 Fungsi Manajemen.....11

2.1.1.3 Prinsip Manajemen 13

2.1.1.4 Unsur Manajemen..... 14

2.1.2 Manajemen Sumber Daya Manusia 15

2.1.2.1 Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia..... 15

2.1.2.2 Fungsi Manajemen Sumber Daya Manusia	16
2.1.2.3 Peran Manajemen Sumber Daya Manusia	18
2.1.2.4 Lingkup Manajemen Sumber Daya manusia	19
2.1.3 Fleksibilitas Kerja	20
2.1.3.1 Pengertian Fleksibilitas Kerja	20
2.1.3.2 Indikator Fleksibilitas Kerja	22
2.1.3.4 Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Fleksibilitas Kerja	23
2.1.4 Stres Kerja	24
2.1.4.1 Pengertian Stress Kerja	24
2.1.4.2 Indikator Stress Kerja	25
2.1.4.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	26
2.1.5 Generasi Z	27
2.1.5.1 Pengertian Generasi Z	27
2.1.5.2 Karakteristik Karyawan Generasi Z	29
2.1.6 Penelitian Terdahulu yang Relevan	30
2.2 Kerangka Pemikiran	31
2.3 Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Metode Penelitian yang Digunakan	34
3.2 Definisi dan Operasionalisasi Variabel	35
3.2.1 Definisi Variabel	35
3.2.2 Operasionalisasi Variabel	36
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	37
3.3.1 Populasi	37
3.3.2 Sampel	37
3.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data	38
3.4.1 Sumber Data	38
3.4.2 Teknik Pengumpulan Data	39
3.5 Teknik Analisis Data	40
3.6 Tempat dan Waktu Penelitian	44

3.6.1 Tempat Penelitian	44
3.6.2 Waktu Penelitian.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Hasil Penelitian	46
4.1.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	46
4.1.1.1 Profil Panada <i>Coffee</i>	46
4.1.1.2 Profil Kopi Biji Ciamis.....	49
4.1.1.3 Profil <i>Hollow Space</i>	51
4.1.2 Karakteristik Responden	54
4.1.3 Deskripsi Variabel yang Diteliti	57
4.1.3.1 Deskripsi tentang Variabel Fleksibilitas Kerja pada Panada <i>Coffee</i> , Kopi Biji Ciamis dan <i>Hollow Space</i>	58
4.1.3.2 Deskripsi tentang Stres Kerja pada Karyawan Gen Z di <i>Coffee Shop</i> Panada <i>Coffee</i> , Kopi Biji Ciamis dan <i>Hollow Space</i>	71
4.1.4 Hasil Pengujian Hipotesis.....	85
4.2 Pembahasan	92
4.2.1 Pembahasan Mengenai Fleksibilitas Kerja pada Karyawan Generasi Z di Panada <i>Coffee</i> , Kopi Biji Ciamis dan <i>Hollow</i> <i>Space</i>	92
4.2.2 Pembahasan Mengenai Stres Kerja pada Karyawan Generasi Z di Panada <i>Coffee</i> , Kopi Biji Ciamis dan <i>Hollow Space</i>	94
4.2.3 Pembahasan Pengaruh Fleksibilitas Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan pada Panada <i>Coffee</i> , Kopi Biji Ciamis dan <i>Hollow</i> <i>Space</i>	96
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	98
5.1 Simpulan.....	98
5.2 Saran	99
DAFTAR PUSTAKA.....	101
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	104
RIWAYAT HIDUP.....	120

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Hasil Pra Survey Penelitian Stres Kerja.....	3
Tabel 1.2	Hasil Pra Survey Penelitian Fleksibilitas Kerja	5
Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu.....	30
Tabel 3.1	Operasionalisasi Variabel.....	36
Tabel 3.2	Tabel Populasi.....	37
Tabel 3.3	Skor Skala Ordinal.....	40
Tabel 3.4	Interpretasi Koefisien Korelasi.....	42
Tabel 3.5	Waktu Penelitian.....	44
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi Pekerjaan	54
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	55
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	55
Tabel 4.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	56
Tabel 4.6	Interpretasi untuk Fleksibilitas Kerja dan Stres Kerja	58
Tabel 4.7	Saya Merasa dapat Mengajukan Perubahan Shift Kerja agar lebih Sesuai dengan Kebutuhan Pribadi.....	58
Tabel 4.8	Saya Merasa Dilibatkan dalam Proses Penentuan Jadwal Kerja	58
Tabel 4.9	Saya Merasa Memiliki Keseimbangan yang Lebih Baik antara Pekerjaan dan Kehidupan Pribadi Berkat Fleksibilitas Jam Kerja.....	59
Tabel 4.10	Jadwal Kerja (Shift) Saya Saat ini Memungkinkan untuk Menyeimbangkan antara Pekerjaan dan Kehidupan Pribadi dengan Baik.	60
Tabel 4.11	Saya Merasa Memiliki Pilihan untuk Bekerja di Hari Tertentu (Misalnya, Shift Akhir Pekan atau Hari Kerja Tertentu) Sesuai Kesepakatan.	60
Tabel 4.12	Manajemen Bersedia Mempertimbangkan Permintaan Terkait Hari Libur atau Hari Kerja yang Saya Inginkan.	62
Tabel 4.13	Saya Merasa diizinkan Mengambil Jeda Singkat Saat Merasa Lelah atau Membutuhkan Waktu untuk Istirahat.	63
Tabel 4.14	Saya Merasa Tidak ada Batasan Ketat Mengenai Durasi dan Frekuensi Istirahat, Selama Pekerjaan dapat Diselesaikan.	62
Tabel 4.15	Saya diperbolehkan Menyelesaikan Sebagian Kecil Pekerjaan (Misalnya, Membuat Laporan Stok atau Promosi Media Sosial) dari Luar Area Coffee Shop Jika Diperlukan.	63
Tabel 4.16	Saya Merasa Manajemen Terbuka terhadap Ide Melaksanakan Rapat Tim atau Kegiatan yang Tidak Langsung Berhubungan dengan Layanan Pelanggan Secara Online.....	65

Tabel 4.17	Saya Merasa Alat Komunikasi (Misalnya Grup Chat atau Aplikasi Internal) Memudahkan Koordinasi Saat Ada Perubahan Mendadak.	66
Tabel 4.18	Saya Merasa Teknologi yang Disediakan Membantu untuk Bekerja Secara Efektif Meskipun dengan Jadwal yang Fleksibel.	65
Tabel 4.19	Saya Merasa aturan Mengenai Fleksibilitas Kerja diterapkan Secara Konsisten untuk Semua Karyawan.	66
Tabel 4.20	Saya Merasa dapat Mengandalkan Kebijakan Fleksibilitas Kerja yang Sudah ditetapkan dan Tidak Berubah-Ubah.	68
Tabel 4.21	Saya Merasa Kebijakan Fleksibilitas Kerja dijelaskan dengan Jelas dan Mudah Dipahami.	67
Tabel 4.22	Rekapitulasi Hasil Jawaban Responden mengenai Variabel Fleksibilitas Kerja.	68
Tabel 4.23	Interpretasi Fleksibilitas Kerja	72
Tabel 4.24	Saya Merasa Sakit Kepala atau Pusing Setelah Selesai Shift Kerja yang Sibuk.	72
Tabel 4.25	Saya Merasa Otot Tegang (Misalnya di Leher atau Punggung) Saat Menghadapi Tekanan Kerja.	74
Tabel 4.26	Saya Merasa Jantung Berdebar atau Nafas Lebih Cepat Ketika Pekerjaan Menumpuk.	73
Tabel 4.27	Saya Merasa Sangat Lelah dan Kekurangan Energi Meskipun Sudah Cukup Tidur.	74
Tabel 4.28	Saya Merasa Perut Tidak Nyaman (misalnya Mual atau Sakit Perut) Saat Harus Menyelesaikan Target yang Sulit.	75
Tabel 4.29	Saya Merasa Cemas atau Khawatir Berlebihan Tentang Pekerjaan, Bahkan di Luar Jam Kerja.	75
Tabel 4.30	Saya Merasa Mudah Tersinggung atau Marah Terhadap Rekan Kerja atau Pelanggan.	76
Tabel 4.31	Saya Merasa Sulit untuk Berkonsentrasi dan Sering Melakukan Kesalahan Kecil Saat Bekerja.	77
Tabel 4.32	Saya Merasa Kehilangan Minat atau Tidak Menikmati Pekerjaan yang Biasa dilakukan.	77
Tabel 4.33	Saya Merasa Tertekan atau Sedih Ketika Memikirkan Beban Kerja yang Harus Diselesaikan.	78
Tabel 4.34	Saya Merasa Sulit Tidur atau Sering Terbangun di Malam Hari karena Memikirkan Pekerjaan.	79
Tabel 4.35	Saya Merasa Keinginan untuk Makan Berubah Drastis (Misalnya Makan Berlebihan atau Kehilangan Nafsu Makan) Akibat Stres Kerja.	79
Tabel 4.36	Saya Merasa Cenderung Menghindari Interaksi dengan Rekan Kerja atau Menarik Diri saat Berada di Tempat Kerja.	80

Tabel 4.37	Saya Merasa Sering Menunda-nunda Pekerjaan atau Kurang Termotivasi untuk Memulai Tugas.....	81
Tabel 4.38	Saya Merasa Menggunakan Gadget (Misalnya Media Sosial atau Game) lebih Sering saat Bekerja sebagai bentuk Pelarian dari Stres.....	81
Tabel 4.39	Rekapitulasi Hasil Jawaban Responden mengenai Variabel Stres Kerja.....	82
Tabel 4.40	Interpretasi Stres Kerja.....	85
Tabel 4.41	Perhitungan Selisih Peringkat (Rank) Fleksibilitas Kerja dan Stres Kerja.....	86
Tabel 4.42	Rekapitulasi Data Kembar pada Fleksibilitas Kerja	87
Tabel 4.43	Rekapitulasi Data Kembar pada Stres Kerja	88