

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	4
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	4
1.4 Tujuan .....	4
a. Tujuan Umum .....	4
b. Tujuan Khusus .....	5
1.5 Manfaat .....	5
1.2.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.2.2 Manfaat Praktis .....	5
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	7
2.1 Stres Kerja.....	7
2.1.1 Pengertian Stres .....	7
2.2.2 Jenis-Jenis Stres .....	8
2.2 Pengertian Stres Kerja.....	8
2.3 Gejala Stres Kerja .....	9
2.4 Faktor Penyebab Stres Kerja.....	9
2.5 Cara Menghadapi Stres Kerja .....	18
2.6 Mekanisme Stres.....	20
2.7 Shift Kerja.....	21
2.7.1 Pengertian Shift Kerja.....	21
2.7.2 Pengertian Sistem Shift Kerja.....	20
2.7.3 Sistem Shift Kerja .....	22
2.7.4 Manajemen Shift Kerja .....	22
2.7.5 Dampak Sistem Shift Kerja .....	25
2.8 Pengukuran Stres .....	26
2.9 Kerangka Teori .....	28
2.10 Penelitian Terkait.....	29

<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b> .....	35
3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	35
3.2	Definisi Operasional .....	35
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
3.4	Populasi dan Sampel.....	36
	3.4.1 Populasi.....	36
	3.4.2 Tenik Pengambilan Sampel .....	36
3.5	Instrumen Penelitian .....	38
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	39
	3.6.1 Data Primer .....	39
3.7	Analisis Data.....	39
	3.7.1 Analisis Univariat .....	39
	3.7.2 Analisis Bivariat.....	39
<b>BAB VI</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b> .....	40
4.1	Hasil Analisis Univariat.....	40
	4.1.1 Gambaran Shift Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Cola Cola Amatil Indonesia Tahun 2021.....	41
	4.1.2 Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Cola Cola Amatil Indonesia Tahun 2021.....	41
4.2	Hasil Bivariat	
	4.2.1 Hubungan Shift kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Coca Cola Amatail Indonesia Tahun 2021 .....	41
<b>BAB V</b>	<b>PEMBAHASAN</b> .....	42
5.1	Analisis Univariat .....	42
	5.1.1 Gambaran Shift Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Cola Cola Amatil Indonesia Tahun 2021.....	42
	5.1.2 Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Cola Cola Amatil Indonesia Tahun 2021.....	44
5.2	Analisis Bivariat.....	46
	5.2.1 Hubungan Shift kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Coca Cola Amatail Indonesia Tahun 2021 .....	46
<b>BAB VI</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	49
6.1	Kesimpulan .....	49
6.2	Saran .....	50

## DAFTAR PUSTAKA

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.4	Penelitian Terkait .....	29
Tabel 3.2	Definisi Operasional.....	35
Tabel 3.4	Besar Proporsi Yang Digunakan Untuk Besar Sampel Peneliti.....	37
Tabel 4.1.1	Distribusi Frekuensi Dua Kategori Lama Kontak Pada Pekerja Bagian Produksi di Coca Cola Amatail Indonesia Tahun 2021 .....	40
Tabel 4.1.2	Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Coca Cola Amatail Indonesia Tahun 2021.....	41
Tabel 4.2	Tabel Hubungan Shift kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Coca Cola Amatail Indonesia Tahun 2021 .....	42

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3	Kerangka Teori.....	27
Gambar 3.1	Kerangka Konsep.....	28