

**Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja di Paket
Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa**

Oleh:

WAHYU ALBIN TABRANI

2301198004



**PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2025**

**Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja di Paket
Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa**

TESIS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program studi Magister administrasi
Pendidikan Program Pascasarjana
Universitas Kristen Indonesia

Oleh:

WAHYU ALBIN TABRANI
2301198004



PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA

2025



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TESIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wahyu Albin Tabrani

NIM : 2301198004

Program Studi : Magister Administrasi Pendidikan

Program : Pascasarjana

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tesis yang berjudul **“Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja di Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa”** adalah

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya Tesis saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tesis ini dianggap batal.

Jakarta, 26 Juni 2025



Wahyu Albin Tabrani



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN**

HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

**“PENGARUH STRES KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP
MOTIVASI KERJA DI PAKET KEGIATAN BELAJAR MASYARAKAT
CITA KASIH BANGSA”**

Oleh:

Nama : Wahyu Albin Tabrani
NIM : 2301198004
Program Studi : Administrasi Pendidikan

Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam sidang
Tesis guna mencapai gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Administrasi
Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 26 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. dr. Dameria Sinaga, M.Pd.
NUPTK: 9141740641230073

Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA
NUPTK: 9452742643230073

Ketua Program Studi

Direktur Program Pascasarjana

Prof. Dr. Dra Mesta Limbong, M.Psi.
NUPTK: 9652736637230032

Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA
NUPTK: 9452742643230073



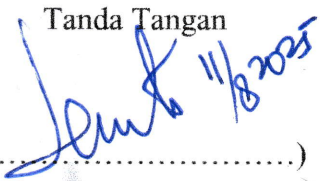
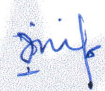
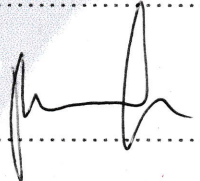
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Pada tanggal 26 Juni 2025, telah diselenggarakan sidang tesis untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar magister pada program studi Administrasi Pendidikan, program Pascasarjana, Universitas Kristen Indonesia, atas nama:

Nama : Wahyu Albin Tabrani
NIM : 2301198004
Program Studi : Magister Administrasi Pendidikan
Fakultas : Pascasarjana

Termasuk Sidang Tesis yang berjudul **“Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja di Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa”**. Oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Prof. Dr. Manahan Tampubolon, M.M	Ketua	(..... )
2. Dr. dr. Dameria Sinaga, M.Pd.	Anggota	(..... )
3. Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA	Anggota	(..... )



PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
PROGRAM STUDI MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN

HALAMAN PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wahyu Albin Tabrani
NIM : 2301198004
Program Studi : Magister Administrasi Pendidikan
Fakultas : Program Pascasarjana
Jenis Karya Tulis : Tesis
Judul : **Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja
terhadap Motivasi Kerja di Paket Kegiatan
Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa**

Menyatakan bahwa:

1. Tesis tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tesis tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya / kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Non Eksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum berlaku.

Jakarta, 26 Juni 2025



Wahyu Albin Tabrani

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya maka peneliti dapat menyelesaikan proposal tesis yang berjudul **”Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja di Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa”**

Penelitian ini dibuat dan disusun sebagai proposal tesis, serta sebagai syarat yang harus dipenuhi guna menempuh Sidang Proposal Tesis serta untuk mendapatkan gelar Magister Administrasi Pendidikan program pascasarjana Universitas Kristen Indonesia.

Dalam menyusun proposal tesis ini, peneliti juga menyadari tidak sedikit kendala dan halangan yang dihadapi peneliti. Peneliti juga menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat kekurangan yang disebabkan keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti. Namun berkat bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak maka peneliti dan penyusunan proposal tesis ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya.

Selama belajar di program magister, program studi Administrasi Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia (UKI) Jakarta, peneliti mendapat banyak ilmu dan pelajaran yang bermanfaat bagi kehidupan serta wawasan peneliti. Dalam proses pembuatan proposal tesis ini, peneliti banyak dibantu dan diberi arahan, dukungan, serta semangat oleh orang-orang disekitar peneliti.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. TUHAN YANG MAHA ESA atas berkat dan karunia yang tak kunjung henti dan yang selalu memberikan jalan yang terbaik bagi penulis.
2. Kedua orang tua, Bapak Alm. Cholid Tabrani dan Ibu Aline atas pemeliharaan dan kepercayaan yang diberikan kepada peneliti serta selalu mendukung proses penelitian dan pembuatan Proposal Tesis.

3. Kepada Kakak kandung, Amanda Putri Tabrani atas dukungan, memberi motivasi dan memberi semangat untuk mengerjakan tesis.
4. Kepada Bapak Dr. Dhaniswara K. Harjono, S.H, M.H, M.B.A selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia.
5. Kepada Ibu Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA selaku Direktur Program Pascasarjana, Universitas Kristen Indonesia.
6. Kepada Ibu Prof. Dr. Dra. Mesta limbong, M.Psi. selaku Ketua Program Studi Administrasi Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia.
7. Kepada Ibu Crestella Sitorus, telah membantu administrasi program studi Administrasi Pendidikan dan telah memperjuang untuk menjadwal Seminar Proposal dan Sidang Tesis di tengah – tengah dosen sedang sibuk.
8. Kepada Ibu Dr. dr. Dameria Sinaga, M.Pd selaku pembimbing I proposal tesis dan tesis.
9. Kepada Ibu Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA selaku pembimbing II proposal tesis dan tesis.
10. Kepada Bapak Prof. Dr. Manahan Tampubolon, MM, selaku dosen penguji sidang tesis dan beri pengarahan penulisan tesis.
11. Kepada Ibu Dr. Dra. Erni Murniarti, S.H., M.Pd. telah membantu penulisan tesis.
12. Kepada dosen-dosen Magister Administrasi Pendidikan, Ibu Prof. Dr. dr. Bernadetha Nadeak, M.Pd., PA, Ibu Prof. Dr. Dra. Mesta Limbong, M.Psi., Bapak Prof. Dr. Manahan Tampubolon, MM., Ibu Dr. Bintang R Simbolon, M.Si, Ibu Dr. Dra. Erni Murniarti, S.H., M.Pd., Bapak Dr. Hotner Tampubolon, MM., dan Ibu Prof. Dr. Hotmaulina Sihotang, M.Pd., yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama perkuliahan program studi Administrasi Pendidikan di Universitas Kristen Indonesia
13. Kepada teman-teman peneliti, A.R. Citra Evrista Pertiwi, Ajeng Prajayanti Umbas, Alprianti Pare, Cira Nussy Palembang, Diana Pardede, Eka Suryokta Wardania, Elma Silvia Amnita, Liliana

Tanggulungan, Maria Indriawati Soebroto, Riries Ernie Cynthia, Septyana Putri Napitupulu, Wiwit Laraswati Lase, Yuni Indrawati, Adrianus Tuturop, Alfonsus Arjuna Tosari, Antonius Lopis, Balsamus Pieter Dwiwasa, Benhur Samaloisa, Dikson Silitonga, Gutser Siburian, Nikodemus Saung Poleallo, Noldianto Marianus Lasterman, Panius Zagoto, Robert Tanduk Apriadi, Agus Hendri Yaman Telaumbanua, Artati Siagian dan Alit Yuliawati yang sudah memberikan motivasi, dukungan dan nasehat.

14. Kepada Seluruh angkatan Administrasi Pendidikan 2021, 2022, 2024, dan 2025 yang telah memberikan dukungan dan bimbingan sehingga sangat terkesan di online via Microsoft Teams dan What's App.

Kiranya penelitian ini dapat bermanfaat, serta memberikan ilmu yang baru dan lebih lagi bagi bagi pembaca. Akhir kata, dengan segala rasa syukur peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak. Tuhan memberkati.

Jakarta, 26 Juni 2025

Wahyu Albin Tabrani

2301198004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TESIS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
HALAMAN PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	11
A. Motivasi Kerja.....	11
B. Stres Kerja.....	18
C. Beban Kerja.....	55
D. Penelitian yang Relevan.....	60
E. Kerangka berpikir.....	63
F. Hipotesis Penelitian.....	66
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	68
A. Tujuan Penelitian	68
B. Tempat dan Waktu Penelitian	68

C. Metode Penelitian.....	69
D. Variabel Penelitian	70
E. Definisi Konseptual, Definisi Operasional dan Butir-Butir Pernyataan	70
F. Teknik Pengambilan Sampel.....	75
G. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	78
H. Teknik Analisis Data.....	79
I. Hipotesis Statistik	82
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	84
A. Deskripsi Data.....	84
B. Tahapan Analisis Data	88
C. Pembahasan Hasil Penelitian	103
D. Keterbatasan Penelitian.....	104
BAB V PENUTUP.....	106
A. Kesimpulan	106
B. Implikasi.....	107
C. Saran.....	108
DAFTAR PUSTAKA	109
RIWAYAT HIDUP.....	119

DAFTAR SINGKATAN



ANBK	: Asesmen Nasional Berbasis Komputer.
DAPODIK	: Data Pokok Pendidikan.
KB	: Kelompok Bermain.
LKP	: Lembaga Kursus dan Pelatihan.
LPK	: Lembaga Pelatihan Kerja.
PAUD	: Pendidikan Anak Usia Dini.
PKBM	: Paket Kegiatan Belajar Masyarakat.
SD	: Sekolah Dasar.
SKB	: Sanggar Kegiatan Belajar.
SLB	: Sekolah Luar Biasa.
SMA	: Sekolah Menengah Atas.
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan.
SMP	: Sekolah Menengah Pertama.
SPS	: Satuan PAUD Sejenis.
TK	: Taman Kanak-Kanak.
TPA	: Taman Pendidikan Al-Quran.
WIB	: Waktu Indonesia Barat.

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	66
------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Timeline</i>	69
Tabel 3.2 Kisi-Kisi instrumen Motivasi Kerja (Y)	71
Tabel 3.3 Kisi-Kisi instrumen Stres Kerja (X_1)	72
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Beban Kerja (X_2).....	74
Tabel 3.5 Data Responden Berdasarkan Usia	76
Tabel 3.6 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	77
Tabel 3.7 Data Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	77
Tabel 3.8 Tabel Skala Likert.....	79
Tabel 4.1 Statistik Variabel Motivasi Kerja (Y)	85
Tabel 4.2 Statistik Variabel Stres Kerja (X_1).....	86
Tabel 4.3 Statistik Variabel Beban Kerja (X_2).....	87
Tabel 4.4 Tabel Uji Validitas Variabel Motivasi Kerja (Y).....	88
Tabel 4.5 Tabel Uji Validitas Variabel Motivasi Kerja (X_1)	89
Tabel 4.6 Tabel Uji Validitas Variabel Beban Kerja (X_2)	91
Tabel 4.7 Uji Reliabilitas Variabel Motivasi Kerja (Y).....	92
Tabel 4.8 Uji Reliabilitas Variabel Stres Kerja (X_1).....	93
Tabel 4.9 Uji Reliabilitas Variabel Beban Kerja (X_2).....	93
Tabel 4.10 Uji Linieritas Variabel Pengaruh Stres Kerja Terhadap Motivasi Kerja.....	94
Tabel 4.11 Uji Linieritas Variabel Pengaruh Beban Kerja Terhadap Motivasi Kerja.....	95
Tabel 4.12 Uji Homogenitas Variabel Pengaruh Stres Kerja Terhadap Motivasi Kerja.....	96
Tabel 4.13 Uji Homogenitas Variabel Pengaruh Beban Kerja Terhadap Motivasi Kerja.....	96
Tabel 4.14 Uji Normalitas Variabel Motivasi Kerja.....	97
Tabel 4.15 Uji Normalitas variabel Stres Kerja	97
Tabel 4.16 Uji Normalitas Variabel Beban Kerja.....	98

Tabel 4.17 Uji Multikolinearitas Variabel Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja Terhadap Motivasi Kerja	98
Tabel 4.18 Uji Heteroskedastisitas Variabel Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja Terhadap Motivasi Kerja	99
Tabel 4.19 Uji Regresi Linier Sederhana (Uji F Simultan) Pada Variabel Pengaruh Stres Kerja terhadap Motivasi Kerja.....	100
Tabel 4.20 Uji Regresi Linier Sederhana(Uji F (Simultan)) pada variabel Pengaruh Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja	101
Tabel 4.21 Uji Regresi Linier Sederhana (Uji t (Parsial)) pada variabel Pengaruh Stres Kerja terhadap Motivasi Kerja.....	101
Tabel 4.22 Uji Regresi Linier Sederhana (Uji t (Parsial)) pada variabel Pengaruh Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja	102
Tabel 4.23 Uji Regresi Linier berganda (Uji F (Simultan)) pada variabel pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja.....	103



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Pembimbing Proposal Tesis	121
Lampiran 2. Data Pembimbing & Mahasiswa Proposal Tesis.....	123
Lampiran 3. Undangan Ujian Proposal Tesis	124
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	125
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian	126
Lampiran 6. Kisi – kisi Instrumen.....	127
Lampiran 7. Membagikan Kuesioner ke Responden	132
Lampiran 8. Data Tabulasi Kuesioner dengan Variabel Motivasi Kerja	136
Lampiran 9. Data Tabulasi Kuesioner dengan Variabel Stres Kerja	137
Lampiran 10. Data Tabulasi Kuesioner dengan Variabel Beban Kerja	138



ABSTRAK

Tingkat motivasi kerja memiliki peran penting dalam mendukung *performance* karyawan, khususnya di institusi pendidikan nonformal seperti Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa. Belakangan ini, terlihat adanya penurunan antusiasme kerja yang diduga erat kaitannya dengan tingginya tekanan psikologis dan volume pekerjaan yang menjadi tanggung jawab karyawan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji serta mengevaluasi seberapa besar dampak stres pekerjaan dan juga beban pekerjaan terhadap motivasi kerja pegawai di Paket Kegiatan Belajar Masyarakat tersebut. studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik tinjauan lapangan sebagai metode utama. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 40 responden untuk mengambil sampel menggunakan rumus slovin menjadi 36 responden memakai pendekatan *Probability Sampling* dengan kategori *Simple Random Sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner, sementara data dianalisis menggunakan metode regresi linier sederhana serta regresi linier berganda.

Temuan bahwa studi ini adalah tingkat signifikansi dampak stres kerja terhadap motivasi kerja adalah 0,018 (1,8%), tingkat signifikansi dampak beban pekerjaan terhadap motivasi kerja adalah 0,410 (41%), nilai signifikansi dampak stres kerja dan beban kerja terhadap tingkat motivasi kerja adalah 0,036 (3,6%) secara simultan. Stres kerja pengaruh positif terhadap motivasi kerja dalam batasan tertentu stres kerja dapat berfungsi sebagai pendorong yang mendorong individu untuk meningkatkan kinerja, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta mencapai target yang telah ditetapkan. Stres kerja yang bersifat stres positif mampu membangkitkan semangat, meningkatkan fokus dan memacu tenaga administrasi untuk lebih produktif. Dengan demikian, stres kerja dalam kadar yang wajar dapat menjadi faktor yang mendukung peningkatan motivasi kerja di lingkungan Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa.

Kata Kunci: tekanan kerja, volume tugas, semangat kerja, lembaga pendidikan nonformal, sumber daya manusia.



ABSTRACT

The level of work motivation plays a vital role in supporting employee performance, particularly in non-formal educational institutions such as Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa. Recently, there has been a noticeable decline in work enthusiasm, which is suspected to be closely related to high psychological pressure and the volume of work responsibilities borne by employees.

This study aims to examine and evaluate the extent to which job stress and workload affect employee motivation at the Paket Kegiatan Belajar Masyarakat. The study employs a quantitative method with a field survey technique as the primary approach. The population in this research consists of 40 respondents, from which a sample of 36 respondents was determined using Slovin's formula and selected through a Probability Sampling approach with the Simple Random Sampling category. Data were collected through the distribution of questionnaires, while the analysis was conducted using simple linear regression and multiple linear regression methods.

The findings of this study indicate that the significance level of the impact of job stress on work motivation is 0.018 (1.8%), the significance level of the impact of workload on work motivation is 0.410 (41%), and the significance level of the combined impact of job stress and workload on work motivation is 0.036 (3.6%). Job stress has a positive influence on work motivation within certain limits, as it can serve as a driving factor that encourages individuals to improve performance, complete tasks on time, and achieve predetermined targets. Positive stress can boost enthusiasm, enhance focus, and motivate administrative staff to be more productive. Therefore, job stress at a reasonable level can be a contributing factor in increasing work motivation within the Paket Kegiatan Belajar Masyarakat Cita Kasih Bangsa environment.

Keywords: work pressure, task volume, work motivation, non-formal education institutions, human resources.

