

**ANALISIS STRES KERJA SOPIR MINYAK SAWIT KOPERASI  
SERIKAT DAKWAH ISLAM KECAMATAN HANAU  
KABUPATEN SERUYAN KALIMANTAN TENGAH**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**NADIA RAHMATIKA ZULHIJAH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI**

**BANJARMASIN**

**2023**

**ANALISIS STRES KERJA SOPIR MINYAK SAWIT KOPERASI  
SERIKAT DAKWAH ISLAM KECAMATAN HANAU  
KABUPATEN SERUYAN KALIMANTAN TENGAH**

**Skripsi**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi

**Oleh:**

**Nadia Rahmatika Zulhijah**

**180103040254**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN**

**2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Rahmatika Zulhijah  
NIM : 180103040254  
Tempat dan Tanggal Lahir : Pembuang Hulu, 31 Maret 2000  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Gambaran Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Dengan demikian surat ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 10 Oktober 2023

Yang membuat pernyataan,



Nadia Rahmatika Zulhijah

NIM. 180103040254

## BUKTI BEBAS PLAGIASI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

**Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi**

Nomor: 3520/Un.14/III.3/PP.00.9/09/2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Nadia Rahmatika Zulhijah  
NIM : 180103040254  
Prodi : Psikologi Islam  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi  
Judul Karya Ilmiah : Gambaran Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah

Telah dinyatakan **Lulus Uji Plagiasi** dengan **Persentase** sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 20 September 2023



Ketua Prodi Psikologi Islam  
a.n. Sekretaris,

*Musfichin, M.A*  
Musfichin, M.A



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

**Hasil Uji Plagiasi**

Nama : Nadia Rahmatika Zulhijah  
NIM : 180103040254  
Judul Karya Ilmiah : Gambaran Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah

No.	Bab	Persentase Plagiasi	Keterangan
1	Bab I	21% %	Lulus
2	Bab II	24% %	Lulus
3	Bab III	11% %	Lulus
4	Bab IV	20% %	Lulus
5	Bab V	22% %	Lulus

Banjarmasin, 20 September 2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam

An. Sekretaris,



M. A. Musfichin, M.A

## PERSETUJUAN SKRIPSI

### PERSETUJUAN SKRIPSI

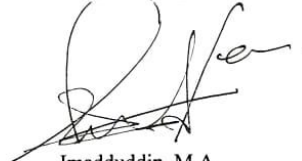
#### GAMBARAN STRES KERJA SOPIR MINYAK SAWIT KOPERASI SERIKAT DAKWAH ISLAM KECAMATAN HANAU KABUPATEN SERUYAN KALIMANTAN TENGAH

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Nadia Rahmatika Zulhijah**  
**NIM. 180103040254**

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Imadduddin, M.A  
NIP. 198209252015031004

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M. Ag  
NIP. 19681010 199403 2 004

Banjarmasin, 15 September 2023

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**Analisis Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam  
Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah**

Dipersembahkan dan disusun oleh:




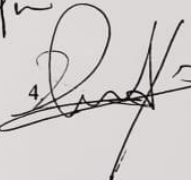

**Nadia Rahmatika Zulhijah**

**Nim. 180104050254**

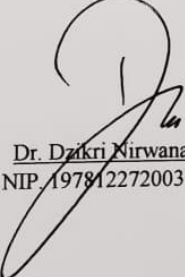
Telah Diajukan Pada Tim Penguji

Pada 16 Oktober 2023

**TIM PENGUJI**

<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag (Ketua Penguji)	1. 
2. Musfichin, M. A (Penguji I)	2. 
3. Dra. Mulyani, M. Ag (Penguji II)	3. 
4. Imadduddin, M.A, M.Kes (Penguji II)	4. 
5. Nurul Qaimah, S.H.I.M.Pd (Notulen)	5. 

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan  
Humaniora UIN Antasari Banjarmasin,

  
Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag  
NIP. 19781227200312 1 002

## ABSTRAK

**Nadia Rahmatika Zulhijah, 180103040254:** *Analisis Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah*, skripsi, Banjarmasin, UIN Banjarmasin Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Progra Studi Psikolohi Islam, 2023, Pembimbing: Imaduddin, M.A. M.Kes

**Kata Kunci:** Sopir, Minyak Sawit; Stres Kerja

Sumber daya manusia merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi kemajuan suatu perusahaan dan devisi di perusahaan tersebut. Ketika sebuah perusahaan semakin besar perkembangannya, maka akan semakin tinggi juga pekerjaan yang diberikan kepada karyawan. Sehingga, membuat para karyawan tertekan akibat tuntutan yang tinggi dan memicu munculnya stres kerja yang dialami oleh karyawan. Stres kerja bisa saja dialami oleh siapa saja seperti guru, karyawan perusahaan, sopir dan lain-lain.

Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan stres kerja dan mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja pada sopir minyak sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis deskriptif. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala pendukung *Perceived Stress Scala* (PSS) dan wawancara.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa stres yang sering dialami oleh sopir adalah pada tuntutan bekerja yang menuntut mereka bekerja selama 24 jam dengan waktu yang ditentukan oleh perusahaan. Sehingga mereka tidak memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat. Sehingga hal ini membuat mereka mengalami kelelahan dan berdampak pada kesehatan fisik mereka. Sedangkan untuk faktor yang menyebabkan stres kerja yang mereka alami adalah ada pada faktor organisasi yang menuntut mereka bekerja selama 24 jam dengan tanggung jawab yang besar dan dengan waktu yang ditentukan oleh perusahaan. Sedangkan untuk memulai pekerjaan mereka sering mengalami malas diakibatkan kondisi fisik yang kurang sehat.



## **MOTTO**

*“Bergerak tak harus lari kencang cukup berjalan perlahan sebab selagi terus berjalan kita punya peluang untuk sampai tujuan.”*

**(Ustadzah Halimah Alaydrus)**

## KATA PENGANTAR

*Allhamdulillah Rabbil'alamin*, dengan memanjatkan puja dan puji syukur kepada Allah *Subahanau Wa Ta'ala*, atas segala rahmat dan petunjuk-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Analisis Stres Kerja Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan Kalimantan Tengah”**, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi besar Muhammad Shallallahu ‘alaihi wa Salam, beserta kerabat, sahabat dan para pengikut beliau hingga hari kiamat.

Selesainya skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankanlah penulis menghaturkan rasa terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Mujiburrahman, MA. Selaku Rektor UIN Antasari Banjarmasin.
2. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah menyetujui penelitian ini.
3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag dan Bapak Musfichin, MA. Selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan yang telah banyak memberikan bantuan kepada saya dalam mengurus administrasi mulai dari

awal penelitian ini sampai selesai.

4. Ibu Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog dan Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog Ketua dan Sekretaris Jurusan terdahulu yang telah mencanangkan program P2SPI sehingga saya lebih termotivasi mengerjakan skripsi serta banyaknya bantuan yang diberikan kepada saya dalam mengurus administrasi pada awal penelitian.
5. Bapak Imadduddin, M.A, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberi banyak bimbingan, koreksi, arahan, motivasi, serta masukan yang sangat bermanfaat dalam penulisan skripsi ini hingga sampai penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh dosen Psikologi Islam yang luar biasa karena telah memberikan ilmu dan kebaikan tak ternilai harganya selama saya menempuh pembelajaran di UIN Antasari Banjarmasin.
7. Bapak dan Ibu Dosen serta karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan ilmu dan pelayanan terbaik.
8. Kepala Perpustakaan Pusat UIN Antasari Banjarmasin beserta staf, dan Kepala Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora beserta staf yang telah membantu memfasilitasi saya untuk menemukan dan meminjam buku-buku selama saya berkuliah hingga selesai masa studi.

9. Bapak Muhammad Nardi, Bapak Sabransyahnor, dan Bapak Sabarani, selaku ketua, sekertaris dan bendahara Koperasi Serikat Dakwah Islam yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian di Koperasi Serikat Dakwah Islam dan kepada bapak Muhammad Habibi yang telah banyak membantu saya dalam menyebarkan kuesioner penelitian kepada para sopir.
10. Bapak-bapak sopir minyak sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam yang telah bersedia mengisi kuesioner penelitian saya.
11. Kepada orang tua saya khususnya kepada ibu saya (Siti Mukhlis Wahidah) terimakasih sudah menjadi wanita kuat dan kepada almarhum ayah (Adul Marsyah) terimakasih sudah menjadi laki-laki yang menyayangi kami sampai saat ini masih terasa. Orang tua yang telah selalu mendoakan saya, memberi dukungan, nasihat, serta kasih sayang yang berlimpah sehingga membuat langkah saya dari awal kuliah sampai tahap akhir menjadi lebih ringan. Serta paman saya (Hardianto) yang telah menjembatani saya kepada para pengurus Koperasi Serikat Dakwah Islam. Serta kepada adik yang sangat saya cintai (Shobir) dan adik sepupu saya sayangi (Muhammad Azka Fillah), yang senantiasa memberi dukungan dan mendengarkan keluh kesah saya selama ini.
12. Nurhikmah Rusmadi, Yulia Isti' anah, Qatrunnada Safira Putri dan Siti Khadijah Akmaluna Effendi sebagai teman-teman dalam berjuang dan selalu menyemangati dan sangat banyak memberi

bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini. Tidak lupa kepada Mutia Farida dan Nur Istiqah Asy Ariyah atas bantuannya dalam proses saya mengambil data penelitian.

13. Seluruh teman-teman Psikologi Islam angkatan 2018 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

14. Terakhir, saya ucapkan terimakasih kepada diri sendiri yang sampai sekarang masih bisa bertahan dan tetap bahagia di situasi apapun.

Penulis mengucapkan *Jazakumullahukhairan* (Semoga Allah membalas kalian semua dengan kebaikan) semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan limpahan rahmat dan balasan berlipat ganda dari Allah *Azza wa Jalla*. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam perkembangan ilmu pengetahuan. *Aamiin Ya Rabbal'alamiin*.

Banjarmasin, 16 Juli 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>BUKTI BEBAS PLAGIASI .....</b>	<b>iii</b>
<b>TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL DAN BAGAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Signifikansi Penelitian .....	8
E. Definisi Operasional .....	10
F. Penelitian Terdahulu .....	13
H..Sistematika Penulisan.....	23

### **BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR**

A. Stres Kerja.....	24
1. Pengertian Stres Kerja .....	24
2. Aspek-Aspek Stres Kerja.....	26
3. Indikator Stres Kerja .....	27
4. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Stres Kerja.....	29
5. Bentuk-Bentuk Stres Kerja .....	33
6. Dampak Stres Kerja .....	34
7. Mengelola Stres Kerja .....	37
B. Stres Kerja Dalam Pandangan Islam.....	39
C. Sopir Truk .....	42
D. Kerangka Berpikir.....	44

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	45
B. Lokasi Penelitian.....	46
C. Subjek Penelitian .....	46
D. Data dan Sumber Data .....	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	48
F. Teknik Pengolahan Data.....	50
G. Keabsahan Data .....	50
H. Teknik Analisis Data.....	53
I. Prosedur Penelitian .....	55
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	57
1. Sejarah Singkat Koperasi Serikat Dakwah Islam .....	57
B. Penyajian Data .....	58
1. Pelaksanaan Penelitian.....	58
2. Mekanisme Triangulasi.....	61
3. Langkah-langkah Menentukan Subjek .....	62
4. Hubungan Peneliti dengan Subjek .....	65
5. Identitas dan Deskripsi Subjek .....	65
6. Data Hasil Penelitian .....	68
C. Pembahasan dan Hasil Penelitian .....	78
D. Keterbatasan Penelitian.....	88
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	89
B. Rekomendasi .....	90
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>97</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>191</b>

## DAFTAR TABEL DAN BAGAN

Tabel 4.1 Data Pribadi <i>Professional Judgement</i> .....	59
Tabel 4.2 Tahap Penelitian.....	59
Tabel 4.3 Ringkasan Data Sopir.....	62
Tabel 4.5 Indikator Penelitian Tingkat Stres.....	63
Tabel 4.5 Hasil <i>Screening Test</i> .....	63
Tabel 4.6 Identitas Subjek.....	65
Tabel 4.7 Identitas Informan .....	66
Tabel 4.8 Gejala Stres Subjek .....	76
Tabel 4.9 Faktor yang Menyebabkan Stres Kerja Pada Subjek.....	77
Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	44
Bagan 4.1 Struktur Pengurus Koperasi Serikat Dakwah Islam .....	57



## DAFTAR LAMPIRAN

Lembaran Konsultasi .....	98
Surat Izin Riset.....	106
Surat Balasan dari Koperasi Serikat Dakwah Islam .....	107
Surat Selesai Riset.....	108
<i>Informed Consent</i> .....	109
Formulir <i>Professional Judgement</i> .....	115
Pedoman Wawancara Subjek Penelitian.....	119
Verbatim.....	127
Sertifikat Komprehensif .....	151
Dokumentasi Kuesioner .....	152
Data Sopir Minyak Sawit Koperasi Serikat Dakwah Islam.....	168
Dokumentasi Wawancara.....	169
Keterangan Submit Jurnal .....	175
Jurnal.....	176