

ABSTRAK

Ghina Aulia Putri. 190103040456. *Hubungan antara Kebersyukuran dengan Stres Kerja pada Karyawan Bagian Produksi PT. Mantuil Raya.* Skripsi, Pembimbing Dr. Muhammad Zainal Abidi, M.A. dan Musfichin, M.A, pada Program Studi Psikologi Islam. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin. 2023.

Kata kunci: kebersyukuran, stres kerja, karyawan pabrik bagian produksi

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah stres kerja yang kerap kali dialami oleh karyawan pabrik bagian produksi PT Mantuil Raya. Stres kerja terjadi karena karyawan kurang mampu beradaptasi dan tidak berusaha mengurangi kondisi stres yang dialaminya di tempat kerja, untuk itu seorang karyawan dapat melakukan *coping stress* yaitu proses seseorang mengelola stres yang mereka alami salah satunya di dalam *emotional-focused coping* terdapat *positive reappraisal* yaitu seseorang dapat mengubah pemikiran dirinya secara positif dan memuat nilai religius misalnya dengan bersyukur, karyawan dapat mengelola stres dengan kebersyukuran.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebersyukuran, tingkat stres kerja dan hubungan antara kebersyukuran dengan stres kerja. Penelitian ini menggunakan *mix method*, yaitu mengkombinasikan antara metode kuantitatif dan kualitatif dalam satu penelitian. Adapun metode yang lebih dominan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dan sebagai pelengkap adalah metode kualitatif. Subjek penelitian kuantitatif berjumlah 25 orang dan subjek penelitian kualitatif berjumlah 2 orang karyawan pabrik bagian produksi PT. Mantuil Raya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling jenuh* dan analisis data kuantitatif menggunakan *IBM SPSS Statistics 22*.

Hasil penelitian yang didapat yaitu: 1) Tingkat kebersyukuran pada karyawan berada pada kategori tinggi yaitu 24 responden (96%), kemudian kategori sedang yaitu 1 responden (4%). 2) Tingkat stres kerja pada karyawan berada pada kategori sedang yaitu 21 responden (84%), kemudian kategori rendah yaitu 4 responden (16%). 3) Teknik analisis uji korelasi *pearson-product moment* yang digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kebersyukuran terhadap stres kerja pada karyawan bagian produksi PT. Mantuil Raya, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, nilai koefisien korelasi $-0,699$, pada uji regresi sederhana yaitu nilai $R\text{ Square } 0,489$ artinya terdapat 48,9% variabel kebersyukuran yang mempengaruhi stres kerja pada karyawan bagian produksi PT. Mantuil Raya. (H_a diterima).