

PENGARUH RESILIENSI TERHADAP STRESS KERJA PADA KARYAWAN HOTEL

Ruth Putri Novianti

10520914

Fakultas Psikologi
Universitas Gunadarma

ABSTRAK

Semua karyawan termasuk karyawan hotel memiliki tanggung jawab dan beban kerja masing-masing. Memiliki tanggung jawab yang besar serta beban pekerjaan yang berat tidak jarang ditemukan beberapa karyawan yang mengalami stress kerja. Individu yang memiliki kepribadian optimis mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi secara maksimal. Kemampuan individu untuk dapat menyesuaikan diri saat menghadapi masalah dapat disebut sebagai resiliensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap stress kerja pada karyawan hotel. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pengambilan sampel menggunakan teknik non-probability sampling dan penarikannya menggunakan teknik purposive sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah karyawan hotel dengan jam kerja lebih dari 8 jam perhari, bekerja pada shift malam lebih dari 3 kali dalam satu minggu, dan karyawan hotel yang telah bekerja selama minimal 6 bulan di hotel. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala Connor–Davidson Resilience Scale 10-Item Version yang telah diadaptasi dari penelitian Aloba, Aloba dan Aloba (2016) didasarkan pada dimensi menurut Connor dan Davidson (2003) dan skala perceived stress yang telah diadaptasi dari penelitian Reis, Hino dan Añez (2010) didasarkan pada dimensi menurut Cohen, Kamarck, dan Mermelstein (1983). Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah teknis analisis regresi linear sederhana menggunakan bantuan Statistical Product and Service Solution (SPSS).

Kata Kunci : *resiliensi, stress kerja, karyawan hotel*