

Rr. Artya Yulistianti. (5030009). Hubungan Antara Kemampuan Manajemen Waktu dan Asertivitas Dengan Stres Kerja Dosen. Skripsi. Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Laboratorium Psikologi Industri dan Organisasi (2007).

INTISARI

Stres kerja merupakan faktor yang dapat mengganggu kelancaran kinerja individu di dalam organisasi. Dari hasil survei pendahuluan ditemukan sebanyak 13 dosen (77%) mengalami stres kerja karena beban kerja berlebih (*work overload*). Oleh karena itu penerapan kemampuan manajemen waktu dan asertivitas di tempat kerja sangatlah krusial. Kemampuan manajemen waktu merupakan kemampuan untuk mengatur diri dalam menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dalam bekerja, artinya individu yang memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik diharapkan dapat mengatur diri dengan menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin dalam menangani beban kerja yang dimiliki sehingga dapat terhindar dari stres kerja. Sedangkan asertivitas adalah kemampuan untuk mengekspresikan perasaan dan hak diri sendiri dengan tetap menghormati perasaan dan hak-hak orang lain. Dengan kata lain individu yang memiliki beban kerja berlebih diharapkan mampu bersikap asertif terhadap tambahan beban kerja sehingga dapat terhindar dari stres kerja. Penelitian ini dirancang untuk mengetahui hubungan antara kemampuan manajemen waktu dan asertivitas dengan stres kerja dosen.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah subjek penelitian 22 dosen tetap Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Pengambilan data dilakukan menggunakan angket. Data yang didapatkan dianalisis menggunakan teknik uji statistik Analisis Regresi Linier Berganda untuk mengetahui ada tidak hubungan antara kemampuan manajemen waktu dan asertivitas dengan stres kerja dosen melalui program SPSS versi 11.5.

Hasil dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu dan asertivitas dengan stres kerja dosen ($F=3.594$ dan $\text{Sig.}=0.0047(\text{Sig.}<\alpha)$) dengan sumbangan efektif sebesar 67.7%. Selain itu hasil dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan dengan keeratan korelasi yang kuat antara kemampuan manajemen waktu dengan stres kerja ($r = -0.444$ dan $\text{Sig.}=0.044$) dan asertivitas tidak berkorelasi secara signifikan dengan stres kerja ($r = 0.387$ dan $\text{Sig.}=0.083$).

Saran bagi pimpinan dekanat Fakultas Psikologi yaitu agar dapat menilai atau mengevaluasi kembali kebijakan manajerial terkait dengan pertimbangan antara beban dan kapasitas kerja dosen. Bagi penelitian selanjutnya agar melakukan pengecekan validitas isi (*content validity*) butir pernyataan dengan orang yang ahli dalam asertivitas agar diperoleh hasil yang dapat menggambarkan hubungan asertivitas dan stres kerja dosen secara lebih akurat.

Kata kunci : Stres kerja, kemampuan manajemen waktu, asertivitas, dosen