

**PENGARUH JAM KERJA, KETERIKATAN KERJA, DAN
KESEHATAN MENTAL TERHADAP PRODUKTIVITAS
KARYAWAN PADA PR TUNAS MANDIRI
KABUPATEN PACITAN**



SKRIPSI

Nama : Nur Hizawatun Nazihah

NIM : 22415747

Program Studi : Manajemen

**FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

**PENGARUH JAM KERJA, KETERIKATAN KERJA, DAN
KESEHATAN MENTAL TERHADAP PRODUKTIVITAS
KARYAWAN PADA PR TUNAS MANDIRI
KABUPATEN PACITAN**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi tugas dan melengkapi sebagai syarat-syarat
guna memperoleh Gelar Sarjana Progam Strata Satu (S-1)
pada progam Studi Manajemen Fakultas Ekonomi
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Nama : Nur Hizawatun Nazihah

NIM : 22415747

Program Studi : Manajemen

**FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Jam Kerja, Keterikatan Kerja, dan Kesehatan Mental Terhadap Produktivitas Karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan

Nama : Nur Hizawatun Nazihah

NIM : 22415747

Tempat, Tanggal Lahir : Pacitan, 26 Maret 2003

Program Studi : Manajemen

Isi dan format telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diujikan guna memperoleh Gelar Sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo

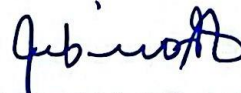
Ponorogo, 31 Juli 2026

Pembimbing I



Wahna Widhianingrum, SP., MM
NUPTK. 3439764665230213

Pembimbing II



Siti Chamidah, S.E., M.Si.
NUPTK. 3851749650230102

Mengetahui

Dekan Fakultas Ekonomi



Dr. Slamet Santoso, SE., M.Si
NIK. 19701016 199904 12

Dosen Penguji :

Ketua



Wahna Widhianingrum, SP., MM
NUPTK. 3439764665230213

Sekretaris



Dwi Warni Wahyuningsih, SE., MM
NUPTK. 4742764665231052

Anggota



Dr. Riawan, S.Pd., MM
NUPTK. 537763664131113

RINGKASAN

Pengaruh Jam Kerja, Keterikatan Kerja, Dan Kesehatan Mental Terhadap Produktivitas Karyawan Pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan

Nur Hizawatun Nazihah,

Wahna Widhianingrum, SP., MM, Siti Chamidah, S.E., M.Si.

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jam kerja, keterikatan kerja, dan kesehatan mental terhadap produktivitas karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan bagian produksi PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kelompok (*cluster*) sesuai karakteristik populasi. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*error tolerance*) sebesar 8%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 135 responden. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan bantuan software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jam kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan, keterikatan kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan, kesehatan mental berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan, serta jam kerja, keterikatan kerja, dan kesehatan mental secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan.

Kata Kunci: Jam Kerja, Keterikatan Kerja, Kesehatan Mental, Produktivitas Karyawan

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik serta hidayah-Nya, sehingga penulis diberikan kekuatan dan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Jam Kerja, Keterikatan Kerja, dan Kesehatan Mental Terhadap Produktivitas Karyawan Pada PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan”** terselesaikan dengan baik dan lancar. Penyusunan tugas akhir ini merupakan langkah syarat akademik guna meraih gelar Sarjana Strata Satu (S-1) pada Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, dukungan, motivasi, serta doa tulus dari berbagai pihak kepada penulis sehingga segala hambatan tersebut dapat teratasi. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Allah SWT, karena dengan karunia dan kehendak-Nya telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.
2. Bapak Dr. Rido Kurnianto, M.Ag. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Bapak Dr. Slamet Santoso, S.E., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

4. Bapak Dr. Riawan, S.Pd., M.M selaku Ketua Program Studi S1 Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
5. Ibu Wahna Widhianingrum, SP., MM selaku dosen Pembimbing I yang telah senantiasa sabar memberikan bimbingan, meluangkan waktu, arahan penuh, serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Siti Chamidah, SE., MSi. selaku dosen Pembimbing II yang telah senantiasa sabar memberikan bimbingan, meluangkan waktu, arahan penuh, serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
8. Seluruh staff karyawan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah membantu dalam kebutuhan administrasi.
9. Kepala PR Tunas Mandiri Kabupaten Pacitan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada peneliti dan mengambil data yang diperlukan selama skripsi ini, serta seluruh responden atas kesediaannya meluangkan waktu dan kerjasamanya demi kelancaran penyusunan skripsi ini.
10. Kedua orang tua tercinta, yang menjadi sumber kekuatan dan doa terbesar dalam hidup penulis. Terima kasih yang tak terhingga atas segala pengorbanan, tetes keringat, serta kasih sayang dan doa yang tak pernah putus untuk keberhasilan penulis. Pencapaian ini adalah persembahan tulus atas kesabaran dan didikan luar biasa yang telah Bapak dan Ibu berikan. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga, memberikan kesehatan, dan menyayangi kalian sebagaimana kalian menyayangi penulis setulus hati.

11. Seluruh teman-teman seperjuangan di Fakultas Ekonomi, Prodi Manajemen Universitas Muhammadiyah Ponorogo angkatan 2022 dan teman-teman diluar kampus yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan semangat.
12. Semua pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun bagi skripsi ini dimasa mendatang, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Ponorogo, 31 Juli 2026



Nur Hizawatum Nazihah
NIM. 22415747

PERNYATAAN TIDAK MELANGGAR

KODE ETIK PENELITIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa, skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Ponorogo, 31 Juli 2026



Nur Hizawatun Nazihah

NIM. 22415747

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat, rahmat dan karunia-Nya yang selalu memberikan kekuatan, kelancaran dan kemudahan kepada penulis, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Walaupun jauh dari kata sempurna, namun penulis bangga telah mencapai pada titik ini yang akhirnya skripsi ini bisa selesai tepat waktu. Di antara seluruh halaman dalam skripsi ini, lembar persembahan adalah halaman yang paling bermakna, karena di sinilah penulis menitipkan rasa terima kasih yang tidak mampu terucap oleh kata kata. Bismillahirrahmanirrahim, skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Teruntuk cinta pertama dan panutanku, Bapakku tercinta. Terima kasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau selalu berusaha memberikan pendidikan yang layak untuk penulis. Terimakasih untuk setiap tetes keringat pengorbanan, usaha dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis. Terima kasih untuk didikan, dukungan, motivasi, selalu ada ketika penulis hilang arah, mendoakan disetiap keadaan, mengajari dan memberikan penulis pelajaran yang sangat berharga tentang arti menjadi seorang perempuan yang kuat, bertanggung jawab, selalu berjuang dan mandiri, serta selalu mengajarkan kebaikan hidup untuk penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sampai sarjana. Bapak harus selalu sehat, bahagia selalu, dan panjang umur karena bapak harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.

2. Teruntuk pintu surgaku, Ibuku tercinta. Beliau bukan hanya seorang ibu, tetapi juga sahabat, guru, dan cahaya dalam setiap langkah hidup penulis. Dari tangannya yang lembut, penulis belajar arti ketulusan. Dari air matanya, penulis memahami makna perjuangan. Dari doanya yang tak pernah putus, penulis mengenal cinta sejati yang tak bersyarat. Kalau untuk mendeskripsikan beliau, tidak akan pernah cukup dengan satu skripsi ini, bahkan seribu halaman pun tidak akan mampu menampung besarnya kasih sayang dan pengorbanan beliau. Tanpa beliau, penulis bukanlah siapa-siapa. Terimakasih atas kasih sayang tanpa batas yang tak pernah lekang oleh waktu, serta atas kesabaran dan pengorbanan yang senantiasa mengiringi setiap langkah perjalanan hidup penulis. Beliau memang tidak menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi, namun dengan tekad yang kuat, kerja keras, dan doa yang tak pernah berhenti, beliau mampu mengantarkan anaknya menjadi seorang sarjana. Dalam setiap tutur dan tindakannya, penulis belajar banyak hal yang bahkan tak selalu diajarkan di ruang perkuliahan. Beliau adalah guru kehidupan yang luar biasa dengan ketulusan dan keikhlasan telah mendidik penulis menjadi pribadi yang kuat, berbakti, dan penuh rasa syukur. Sehat selalu, panjang umur dan bahagia selalu karena Ibu harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
3. Untuk keluarga besar penulis yang senantiasa menyertai dengan doa dan dukungan tulus, segala bentuk perhatian serta kasih sayang menjadi kekuatan utama dalam setiap langkah.

4. Untuk sahabat sedekat nadi, tercinta dan terbaik penulis, Pristivia yang telah menemani setiap fase perjalanan ini, mulai dari masa-masa SD hingga sampai pada titik sekarang ini, Terimakasih telah hadir bukan hanya disaat tawa, tetapi juga di setiap lelah, tangis, dan keraguan selama perjalanan menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih atas setiap doa, dukungan, tawa, pelukan, dan kesediaan mendengarkan keluh kesah penulis, menguatkan, serta mengingatkan bahwa penulis mampu. Semoga setiap kebaikan yang telah kamu berikan kembali kepadamu dalam bentuk kebahagiaan dan keberkahan yang berlipat.
5. Untuk sahabat-sahabat terkasih penulis, Rista, Nana, Eby, Hanes. Terima kasih atas segala nasihat, arahan, bantuan yang tulus tanpa pamrih baik dalam proses akademik maupun dalam kehidupan pribadi penulis. Di setiap masa sulit, kalian hadir sebagai penguat dan petunjuk arah. Perjumpaan kita di bangku perkuliahan adalah anugerah yang tak pernah penulis duga. Kalian bukan sekedar teman, melainkan sahabat sekaligus keluarga yang selalu hadir di setiap fase perjalanan penulis. Terimakasih atas kepedulian, kesabaran, dan ketulusan yang selalu kalian berikan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebahagiaan dan keberkahan dalam setiap langkah hidup kalian.
6. Untuk teman-teman Manajemen E dan teman-teman angkatan 2022, terimakasih atas kebersamaan, pengalaman dan dukungannya dari awal perkuliahan hingga penulis menyelesaikan studi sarjana dan semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepada playlist For Revenge, Hindia, Raim Laode, Denny Caknan, dan Guyon Waton yang melalui karya-karyanya telah menjadi teman perjalanan penulis

selama proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah mengisi hari-hari penuh perjuangan dengan irama, makna, dan semangat hingga skripsi ini akhirnya selesai.

8. Kepada seseorang yang namanya tidak bisa penulis sebutkan, seseorang yang pernah ada dalam kehidupan penulis dan menjadi bagian dari perjalanan cinta penulis. Terimakasih untuk patah hati dan seluruh kebahagiaan yang telah diberikan saat proses pendewasaan penulis. Ternyata perginya kamu dari kehidupan penulis memberikan cukup motivasi untuk terus maju dan berproses menjadi pribadi yang jauh lebih baik, lebih dewasa, serta menjadi pribadi yang lebih memahami bahwa “setiap masa ada orangnya dan setiap orang ada masanya”. Dan kepada sosok yang belum diketahui namanya namun sudah tertulis dengan jelas dan indah di *Lauhul Mahfudz*, ku persembahkan skripsi ini untuk memantaskan diri, semoga suatu saat kita dipertemukan dalam versi terbaik kita masing-masing menurut takdir.
9. Terakhir, kepada wanita manis, kuat, mandiri, dengan sosok jiwa berkepala batu, **Nur Hizawatun Nazihah**. Terimakasih karena tidak menyerah dan mau bertahan sejauh ini, bahkan ketika semuanya terasa terlalu berat untuk dijalani. Tidak semua orang tahu seberapa keras kamu berjuang, seberapa sering kamu harus tersenyum di atas luka yang tidak terlihat. Kamu melewati hari-hari dengan beban yang tidak ringan, lelah bukan hanya fisik tapi juga batin yang perlahan terkikis. Ada malam-malam panjang yang diisi dengan tangis yang harus kamu sembunyikan, ada rasa takut dan cemas yang datang tanpa permisi. Kamu pernah ingin berhenti, ingin menyerah, ingin hilang sejenak dari semua ini. tapi kamu tetap bertahan. Setiap lelah, setiap air mata, dan setiap doa yang

terucap dalam diam adalah bukti keteguhan hatimu. Kamu sampai di sini, menyelesaikan sesuatu yang dulu terasa mustahil. Terimakasih karena tetap memilih hidup, tetap memilih berjuang. Teruslah melangkah dengan penuh keyakinan, dan jangan pernah meragukan kekuatan yang ada dalam dirimu. Kamu layak bangga, kamu layak bahagia. Aku bangga padamu... lebih dari yang bisa dijelaskan oleh kata-kata. Dan hari ini, izinkan penulis berkata:

I'm so proud of you, Nur Hizawatun Nazihah.



MOTTO

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah : 5-6)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan
pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan
pernah melewatkanmu.”

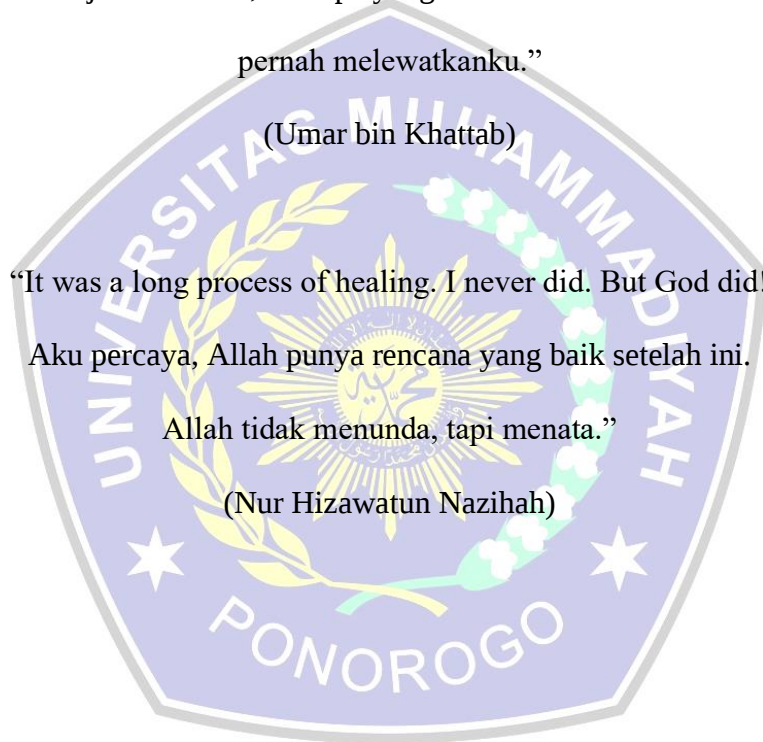
(Umar bin Khattab)

“It was a long process of healing. I never did. But God did!

Aku percaya, Allah punya rencana yang baik setelah ini.

Allah tidak menunda, tapi menata.”

(Nur Hizawatun Nazihah)



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
RINGKASAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
MOTTO	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Landasan Teori.....	11
1. Teori Ability, Motivation, Opportunity (AMO)	11

2. Manajemen.....	12
3. Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM)	24
4. Jam Kerja (Working Hours).....	31
5. Keterikatan Kerja (<i>Work Engagement</i>).....	37
6. Kesehatan Mental (<i>Mental Health</i>).....	40
7. Produktivitas Karyawan.....	44
2.2 Penelitian Terdahulu	49
2.3 Kerangka Konseptual Penelitian.....	51
2.4 Hipotesis.....	53
1. Pengaruh Jam Kerja terhadap Produktivitas Karyawan.....	53
2. Pengaruh Keterikatan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan...	55
3. Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Produktivitas Karyawan ..	56
4. Pengaruh Jam Kerja, Keterikatan Kerja, dan Kesehatan Mental secara simultan terhadap Produktivitas Karyawan	58
BAB III METODE PENELITIAN.....	61
2.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	61
2.2 Populasi Dan Sampel Penelitian	62
1. Populasi Penelitian.....	62
2. Sampel.....	62
2.3 Metode Pengambilan Data	65

1. Data Primer	65
2. Data Sekunder	66
3. Skala Pengukuran.....	66
2.4 Definisi Operasional Variabel.....	68
3.5 Metode Analisis Data	70
1. Uji Instrumen Penelitian	70
2. Uji Kualitas Instrumen Penelitian	71
3. Uji Asumsi Klasik.....	72
4. Alat Analisis.....	74
5. Uji Hipotesis.....	75
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	78
4.1 Hasil Penelitian	78
4.2 Pembahasan.....	120
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	128
5.1 Kesimpulan.....	128
5.2 Keterbatasan Penelitian	129
5.3 Saran.....	130
DAFTAR PUSTAKA	133
LAMPIRAN.....	142

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu.....	49
Tabel 2. Pembagian Sampel Klaster.....	64
Tabel 3. Skala Likert	67
Tabel 4. Operasionalisasi variabel dan pengukuran variabel	68
Tabel 5. Kriteria Penilaian Tingkat Reliabilitas	72
Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	83
Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Bekerja	84
Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Divisi Kerja.....	86
Tabel 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Rata-Rata	87
Tabel 10. Tanggapan Responden Variabel Jam Kerja (X1).....	89
Tabel 11. Tanggapan Responden Variabel Keterikatan Kerja (X2).....	91
Tabel 12. Tanggapan Responden Variabel Kesehatan Mental (X3)	93
Tabel 13. Tanggapan Responden Variabel Produktivitas Karyawan (Y)	95
Tabel 14. Hasil Uji Validitas.....	98
Tabel 15. Hasil Uji Reliabilitas	101
Tabel 16. Hasil Uji Normalitas.....	104
Tabel 17. Hasil Uji Multikolinearitas.....	106
Tabel 18. Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	108
Tabel 19. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	110
Tabel 20. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	113
Tabel 21. Hasil Uji Parsial (Uji t).....	115
Tabel 22. Hasil Uji Simultan (Uji F)	118

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Kerangka Penelitian.....	52
Gambar 2. PR Tunas Mandiri.....	78
Gambar 3. Struktur Organisasi PR Tunas Mandiri.....	82



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kuesioner Penelitian.....	142
Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian	145
Lampiran 3 : Output Frekuensi Karakteristik Responden.....	146
Lampiran 4 : Tabulasi Data Responden.....	148
Lampiran 5 : Output Tanggapan Responden Terhadap Variabel.....	164
Lampiran 6 : Hasil Olah Data SPSS	166
Lampiran 7 : Struktur Organisasi PR Tunas Mandiri	173
Lampiran 8 : Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	174
Lampiran 9 : Dokumentasi Penelitian.....	174
Lampiran 10 : Hasil Cek Plagiasi.....	177
Lampiran 11 : Submit Jurnal.....	178

