

SKRIPSI

**PENGARUH JAM KERJA *SHIFT*, STRES KERJA, DAN
KOMPENSASI TERHADAP KUALITAS HIDUP KARYAWAN
CV. MITRA GROSIR DI KABUPATEN PONOROGO**

Nama : Ramanidityo Mustofa

NIM 22415726

Program Studi: Manajemen

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

**PENGARUH JAM KERJA *SHIFT*, STRES KERJA, DAN
KOMPENSASI TERHADAP KUALITAS HIDUP KARYAWAN
CV. MITRA GROSIR DI KABUPATEN PONOROGO**



SKRIPSI

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

Nama : Ramanidityo Mustofa
NIM 22415726
Program Studi: Manajemen

**FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Jam Kerja *Shift*, Stres Kerja, dan Kompensasi,
Terhadap Kualitas Hidup Karyawan CV. Mitra Grosir di
Kabupaten Ponorogo
Nama : Ramanidityo Mustofa
NIM : 22415726
Tempat, Tanggal Lahir : Ponorogo, 6 September 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, 24 Juli 2026

Pembimbing 1



Wahna Widhianingrum, SP., MM
NUPTK. 3439764665230213

Pembimbing 2



Fery Setiawan, SE., MM
NUPTK. 1552767668131043

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ekonomi



Dr. Slamet Santoso, S.E., M.Si
NIK. 19701016 199904 12

Dosen Penguji:

Penguji 1



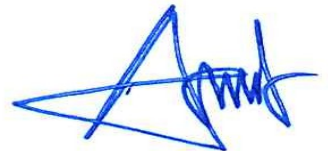
Wahna Widhianingrum, SP., MM
NUPTK. 3439764665230213

Penguji 2



Titi Rapini, S.E., MM
NUPTK. 98377416422301221

Penguji 3



Dr. Riawan, S.Pd., MM
NUPTK. 53776366411131113

ABSTRAK

Skripsi: "Pengaruh Jam Kerja *Shift*, Stres Kerja, dan Kompensasi, Terhadap Kualitas Hidup Karyawan CV. Mitra Grosir di Kabupaten Ponorogo"; Ramanidityo Mustofa, NIM. 22415726, Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengkaji serta menganalisis pengaruh jam kerja *shift*, stres kerja, dan kompensasi, terhadap kualitas hidup karyawan CV. Mitra Grosir di Kabupaten Ponorogo. Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan memanfaatkan data primer yang diperoleh dari 35 responden yaitu karyawan di CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo. Analisis data dalam model penelitian menggunakan SmartPLS 4.1.0.9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) jam kerja *shift* berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup karyawan, (2) stres kerja berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup karyawan, (3) kompensasi berpengaruh positif terhadap kualitas hidup karyawan, dan (4) jam kerja *shift*, stres kerja, dan kompensasi secara simultan berpengaruh terhadap kualitas hidup karyawan di CV. Mitra Grosir. Penelitian ini memiliki kebaruan yaitu menguji secara simultan pengaruh jam kerja *shift*, stres kerja, dan kompensasi, terhadap kualitas hidup karyawan CV. Mitra Grosir di Kabupaten Ponorogo. Selain itu, penelitian ini menggunakan SmartPLS untuk menguji hubungan antar variabel sehingga mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup karyawan pada perusahaan ritel lokal yang berinteraksi langsung dengan karyawan. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan pada sektor manufaktur atau perusahaan jasa.

Kata kunci: Jam Kerja *Shift*, Stress Kerja, Kompensasi, Kualitas Hidup Karyawan

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT atas pemberian rahmat dan karunia, sehingga memberikan jalan bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **"Pengaruh Jam Kerja *Shift*, Stres Kerja, dan Kompensasi, Terhadap Kualitas Hidup Karyawan CV. Mitra Grosir di Kabupaten Ponorogo"** dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan penyelesaian Program Studi Sarjana (S1) Manajemen pada Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Skripsi ini memiliki berbagai keterbatasan, baik dari segi kemampuan, pengetahuan, maupun pengalaman penulis. Penulis juga menegaskan adanya bantuan dari berbagai pihak dalam proses penyelesaian skripsi ini. Maka dari itu, ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan untuk:

1. Allah SWT atas pemberian kemudahan, kesabaran, keteguhan serta kelancaran pengerjaan skripsi ini dari tahap awal hingga akhir.
2. Dr. Rido Kurnianto M. Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Bapak Dr. Slamet Santoso, SE. M. Si selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Bapak Dr. Riawan, S. Pd., MM selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
5. Ibu Wahna Widhianingrum, S.P., M.M selaku Dosen Pembimbing I yang telah mengarahkan dan membimbing penyusunan skripsi ini secara penuh.
6. Bapak Tegoeh Hari Abrianto, S.E., M.M selaku Dosen Pembimbing II yang telah mengarahkan dan membimbing penyusunan skripsi ini secara penuh.
7. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo, beserta staff atas kebersamaan, wawasan dan pengalaman yang telah dibagikan.
8. Kedua orang tua, keluarga besar, dan teman-teman, yang telah mendukung penulis baik secara moral maupun spiritual.

Penulis mendoakan keberkahan bagi setiap pihak yang telah membantu proses penyusunan skripsi ini. Disadari bahwa hasil penelitian ini belum sempurna, sehingga penulis sangat terbuka terhadap saran yang membangun untuk perbaikan kualitas penelitian selanjutnya. Besar harapan penulis agar karya ini dapat menjadi literatur yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun praktisi di lapangan.

Wa'alaikumussalam Wr. Wb

Ponorogo, 13 Juni 2026

Penulis



Ramanidityo Mustofa

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, penulis mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi segala nikmat, rahmat, dan kesehatan yang dianugerahkan. Sehingga memberikan jalan bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **"Pengaruh Jam Kerja *Shift*, Stres Kerja, dan Kompensasi, Terhadap Kualitas Hidup Karyawan CV. Mitra Grosir di Kabupaten Ponorogo"**. Proses penyusunan skripsi ini melibatkan kontribusi dari berbagai pihak dalam bentuk pemberian bimbingan, wawasan, dan motivasi kepada penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan. penulis mempersembahkan semua yang telah berperan dalam keberhasilan penulisan khususnya untuk:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, kemudahan, kesabaran, dan kelancaran kepada penulis mulai dari pengajuan judul hingga selesai penelitian.
2. Seluruh keluarga besar khususnya, Bapak Sulistyono, Ibu Katmini, dan Alvonio Febrian yang telah mendoakan, mensupport penuh dan memberikan semangat terhadap penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu.
3. Ibu Wahna Widhianingrum, S.P., M.M., selaku Dosen Pembimbing I yang dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, masukan, serta pendampingan secara berkelanjutan dimulai dari proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Tegoeh Hari Abrianto, S.E., M.M., selaku Dosen Pembimbing II yang dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, masukan, serta pendampingan secara berkelanjutan dimulai dari ganti judul hingga diacnya bab 1 sampai 5.
5. Ibu Antin Sulistiani yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di CV. Mitra Grosir serta memberikan informasi untuk keperluan penelitian kepada penulis.
6. Kepada pemilik NIM 24660002 yang tidak kalah penting kehadirannya, terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, memberikan semangat, selalu hadir memberikan dukungan. Terimakasih

karena tidak pernah keberatan direpotkan, semoga dimasa yang akan mendatang akan selalu menjadi bagian dari perjalanan hidup dan tujuan penulis.

7. Teman-teman Program Studi S1 Manajemen Kelas D angkatan 2022. Kebersamaan dan semangat yang kalian berikan telah menjadi dorongan luar biasa bagi penulis dalam menuntaskan skripsi ini.
8. Seluruh pihak yang membantu dan mendukung penulis, baik secara mental maupun spiritual, selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Terima kasih Ramanidityo Mustofa yang telah bertahan, berusaha, dan terus melangkah sampai skripsi ini selesai. Meski tidak selalu mudah, setiap proses yang dilewati menjadi pelajaran dan kenangan berharga yang suatu saat pasti dirindukan. Semoga dengan terselesaikan skripsi ini bisa bermanfaat untuk kehidupan yang akan mendatang.

**PERNYATAAN TIDAK MELANGGAR
KODE ETIK PENELITIAN**

Saya yang bertandatangan di bawah 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, 6 Juli 2026



Ramanidityo Mustofa
NIM. 22415726

MOTTO

”Bila tidak bisa membuat ibu bangga, setidaknya jangan buat ibu malu”

(Penulis)



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
PERSEMBAHAN	vi
PERNYATAAN TIDAK MELANGGAR KODE ETIK PENELITIAN	viii
MOTTO.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Landasan Teori.....	10
2.1.1 Manajemen	10
2.1.2 Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM)	12
2.1.3 Kerja <i>Shift</i>	21
2.1.4 Stres Kerja	35
2.1.5 Kompensasi	51
2.1.6 Kualitas Hidup.....	64
2.2 Penelitian Terdahulu	77
2.3 Kerangka Konseptual Penelitian	81
2.4 Hipotesis	81
BAB III METODE PENELITIAN	91
3.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	91
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	91
3.2.1 Populasi	91

3.2.2	Sampel.....	92
3.3	Sumber Data.....	92
3.3.1	Data Primer	92
3.3.2	Data Sekunder	93
3.4	Teknik Pengambilan Data.....	93
3.4.1	Kuesioner.....	93
3.4.2	Studi Pustaka	94
3.5	Definisi Operasional Variabel.....	94
3.5.1	Variabel Independen	94
3.5.2	Variabel Dependen.....	97
3.6	Metode Analisis Data	98
3.6.1	Analisis Deskriptif.....	99
3.6.2	Analisis Inferensial	99
3.6.3	Model Pengukuran (<i>Outer Model</i>)	100
3.6.4	Pengujian Kebaikan Model (<i>Model Fit</i>).....	102
3.6.5	Model Struktural (<i>Inner Model</i>)	102
3.6.6	Uji Hipotesis	103
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		104
4.1	GAMBARAN UMUM	104
4.1.1	Sejarah Singkat CV. Mitra Grosir.....	104
4.1.2	Visi dan Misi CV. Mitra Grosir.....	105
4.1.3	Gambaran Umum Responden.....	106
4.1.4	Identifikasi Jawaban Responden.....	111
4.2	ANALISIS DATA	121
4.2.1	Model <i>Partial Least Square</i>	121
4.2.2	Pengujian Model Pengukuran (<i>Outer Model</i>)	122
4.2.3	Pengujian Kesesuaian Model (<i>Model Fit Test</i>)	127
4.2.4	Pengujian Model Struktural (<i>Inner Model</i>)	128
4.2.5	Pengujian Hipotesis	130
4.3	PEMBAHASAN.....	132
4.3.1	Pengaruh Jam Kerja <i>Shift</i> Terhadap Kualitas Hidup Karyawan di CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo	132

4.3.2 Pengaruh Stres Kerja terhadap Kualitas Hidup Karyawan di CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo	136
4.3.3 Pengaruh Kompensasi Terhadap Kualitas Hidup Karyawan di CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo	139
4.3.4 Pengaruh Jam Kerja <i>Shift</i> , Stres Kerja dan Kompensasi Terhadap Kualitas Hidup Karyawan di CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo	142
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	144
5.1 Kesimpulan	144
5.2 Saran	146
DAFTAR PUSTAKA	145

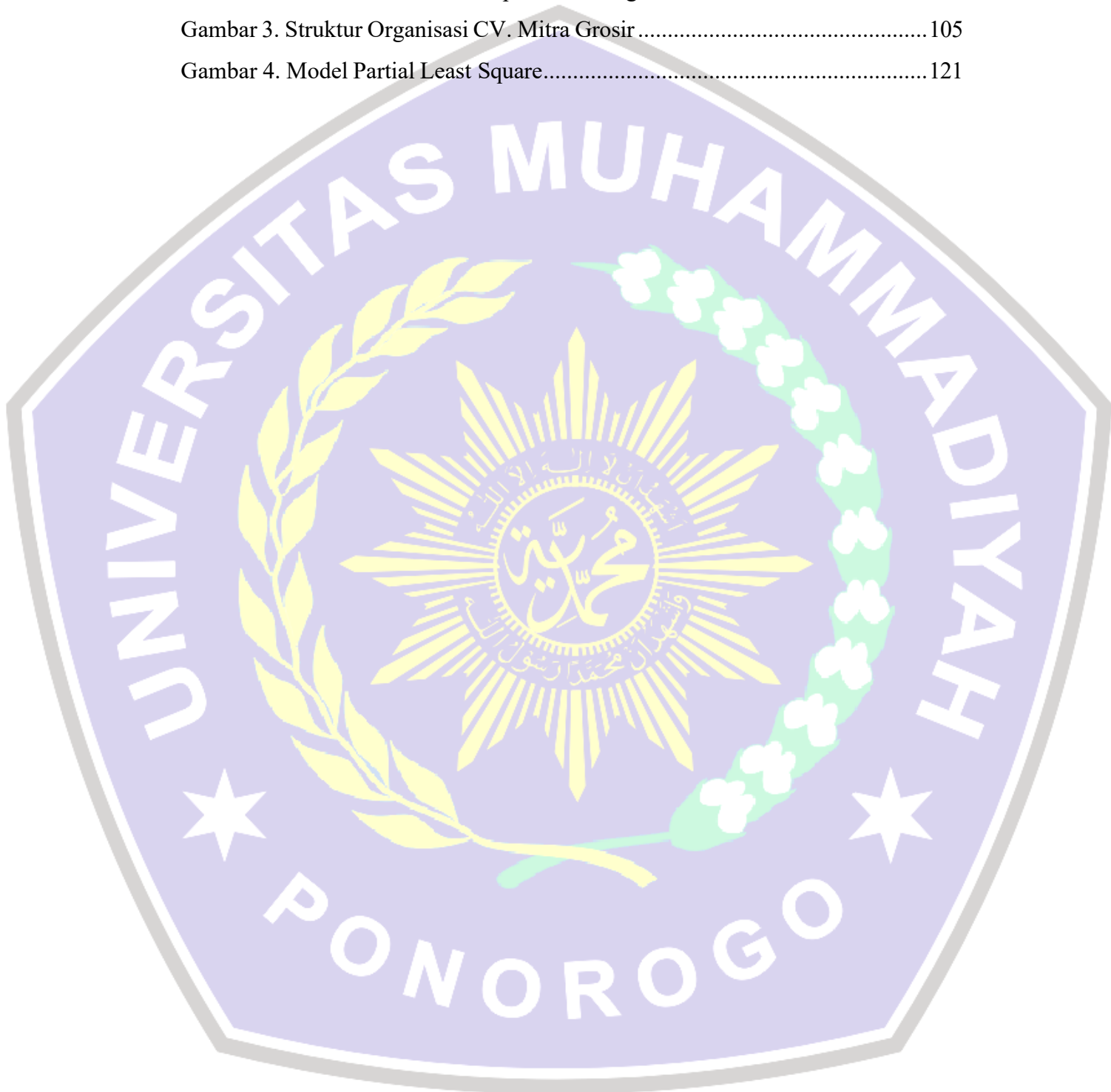


DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu	77
Tabel 2. Skala Likert.....	93
Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	106
Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	108
Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	109
Tabel 6. Skala Interval Skor Presepsi Variabel.....	112
Tabel 7. Tanggapan Responden tentang Variabel Jam Kerja <i>Shift</i>	112
Tabel 8. Tanggapan Responden tentang Variabel Stres Kerja.....	114
Tabel 9. Tanggapan Responden tentang Variabel Kompensasi.....	117
Tabel 10. Tanggapan Responden tentang Variabel Kualitas Hidup Karyawan....	119
Tabel 11. Nilai <i>Outer Loading</i>	122
Tabel 12. Nilai <i>AVE</i>	124
Tabel 13. Nilai <i>Heterotrait-Monotrait Ratio (HTMT)</i>	125
Tabel 14. Nilai <i>Cross Loading</i>	125
Tabel 15. <i>Cronbach's Alpha dan Composite Reliability</i>	127
Tabel 16. Model Fit	127
Tabel 17. Nilai <i>R Square</i>	128
Tabel 18. <i>Path Coefficient</i>	131

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian.....	81
Gambar 2. CV. Mitra Grosir Kabupaten Ponorogo.....	104
Gambar 3. Struktur Organisasi CV. Mitra Grosir	105
Gambar 4. Model Partial Least Square.....	121



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian	156
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	163
Lampiran 3. Balasan Surat Izin Penelitian.....	164
Lampiran 4. Rekapitulasi Identitas Responden	165
Lampiran 5. Rekapitulasi Data Hasil Sebaran Kuesioner.....	166
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas	168
Lampiran 7. Model FIT	170
Lampiran 8. R Square.....	171
Lampiran 9. Uji Hipotesis	172
Lampiran 10. LoA Artikel	173
Lampiran 11. Hasil Cek Plagiarisme	175
Lampiran 12. Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	176