

Abstrak

Sumber stres yang menyebabkan seseorang tidak berfungsi secara optimal atau menyebabkan jatuh sakit tidak hanya datang dari satu macam pembangkit stres saja, akan tetapi dari beberapa pembangkit stres lainnya. Sebagian besar pembangkit stres berasal dari waktu manusia bekerja, karena lingkungan pekerjaan memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap kesehatan tenaga kerja. Tinggi rendahnya stres kerja tersebut dipengaruhi oleh penilaian subjektif karyawan terhadap kondisi pekerjaan, misalnya pekerjaan yang dianggap sebagai *stressor*. Penilaian ini dipengaruhi oleh faktor individu yaitu kepribadian. Salah satu konsep dalam kepribadian manusia yang berkaitan dengan kontrol diri dan penilaian terhadap diri adalah *locus of control* (Purnamaningsih, 2017). Kepribadian adalah kesatuan karakteristik dalam diri individu yang unik serta serangkaian penampilan, pikiran, tindakan, dan perasaan individu yang stabil dan khas, berfungsi untuk memberikan identitas sehingga membedakan antara individu yang satu dengan lainnya. Salah satu tipe kepribadian yang sangat mempengaruhi stres kerja karyawan di suatu perusahaan adalah tipe kepribadian A-B. Metode penelitian menggunakan rancangan kuantitatif korelasional dengan analisis *spearman's rho* kepada 73 karyawan Gudang PT. KBP Chakra dengan teknik *purposive random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari 3 instrumen, yaitu IPC (*Internal, Powerfull Others, & Change*) yang disusun oleh (Levenson, 1973) untuk skala *locus of control*, kemudian *Workplace Stress Scale* yang disusun oleh (The Marlin Company, North Haven, CT) and *The American Institute of Stress*, Yonkers, NY (AIS, 2018) untuk skala stres kerja, dan skala tipe kepribadian A dan B milik (Friedman & Rosenman 1977). Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi yang diperoleh sebesar -0.657 menunjukkan bahwa arah korelasi negatif antara *locus of control* dengan stres kerja. Dimana semakin tinggi *locus of control* maka semakin rendah pula stres kerja yang dialami oleh karyawan dengan tipe kepribadian A, begitupun sebaliknya semakin tinggi stres kerja pada karyawan dengan tipe kepribadian A maka semakin rendah *locus of control* yang dimiliki oleh karyawan gudang PT. KBP Chakra

Kata Kunci : *Locus of control*, stres kerja, tipe kepribadian A