

Pertanyaan yang berhubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi stres

1. Faktor Organisasi

No	faktor-faktor yang mempengaruhi stres	SS	S	N	TS	STS
	Skor	5	4	3	2	1
a.	<u>Tuntutan tugas</u>					
1	Peraturan di tempat saya bekerja membuat saya stres					
2.	Kondisi kerja di tempat saya bekerja membuat saya Stres					
3	Keragaman tugas/banyaknya tugas yang diberikan oleh perusahaan membuat saya stres					
b	<u>Tuntutan peran</u>					
4	Konflik peran di tempat saya bekerja membuat saya stres					
5	Ambiguitas peran (ketidakjelasan peran) di tempat saya bekerja membuat saya stres					
6	Beban peran (pekerjaan yang melampaui batas jam kerja) di tempat saya bekerja membuat saya stres					
c	<u>Hubungan antarpersonal</u>					
7	Konflik yang terjadi di tempat saya bekerja membuat saya stres					
8	Tidak adanya dukungan dari sesama karyawan atau atasan di tempat saya bekerja membuat saya stres					

2. Faktor personal

No	faktor-faktor yang mempengaruhi stres	SS	S	N	TS	STS
	Skor	5	4	3	2	1
a. 9	<u>Masalah ekonomi</u> Besarnya pengeluaran dari pada pemasukan yang saya dapatkan, selama saya bekerja membuat saya stres					
b. 10	<u>Masalah keluarga</u> Retaknya hubungan pernikahan/perceraian bahkan belum mendapatkannya jodoh dapat menyebabkan saya stres, lalu terbawa sampai di tempat kerja					
11	Tidak adanya dukungan dari keluarga dan pacar atas pekerjaan saya, membuat saya stres					
c. 12	<u>Kepribadian</u> Saya sering merasa diburu-buru dalam menjalankan pekerjaan dan tidak sabaran untuk dapat menyelesaikan pekerjaan ditempat saya bekerja					

Pertanyaan yang berhubungan dengan stres kerja

No	Stres kerja	SS	S	N	TS	STS
	Skor	5	4	3	2	1
1	Anda merasa sakit kepala ketika anda sedang menyelesaikan pekerjaan anda					
2	Anda pernah mengalami kecemasan dalam menyelesaikan pekerjaan anda. Mis: anda meragukan apakah anda mampu menyelesaikan pekerjaan anda atau tidak, secara tepat waktu					
3	Anda sering mengalami depresi ditempat kerja					
4	Anda sering mengeluarkan keringat berlebih ketika anda sedang menyelesaikan pekerjaan					
5	Anda sering menunda-nunda pekerjaan					
6	Anda sering mengalami gangguan tidur					