

TUGAS AKHIR

**PENGARUH KECEMASAN KARIER DAN STRES KERJA
TERHADAP PRODUKTIVITAS KARYAWAN GEN-Z DI ERA
INDUSTRI 4.0**



REVAN SURYA PRIHANTO

NIM. 22DL50004

PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

CILACAP

2026

TUGAS AKHIR

PENGARUH KECEMASAN KARIER DAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KARYAWAN GEN-Z DI ERA INDUSTRI 4.0

Disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Teknik pada
Fakultas Teknologi Industri Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh

Revan Surya Prihanto

NIM.22DL50004

PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

CILACAP

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama: Revan Surya Prihanto

NIM: 22DL50004

Dengan ini menyatakan sebenar-benarnya bahwa dalam keadaan sadar dan penuh pertimbangan integritas akademik yang tinggi, saya menyatakan bahwa seluruh materi yang termuat dalam skripsi ini merupakan hasil telaah, analisis dan perumusan ontentik yang dihasilkan secara mandiri. Adapun kutipan dalam berbagai buku, jurnal ataupun karya ilmiah lainnya telah saya cantumkan sumbernya agar tidak melanggar tata penulisan Tugas Akhir secara akademik dan tidak dipandang sebagai tindakan menjiplak. Karya ini secara substansial belum pernah diajukan untuk memperoleh capaian akademik di instansi manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cilacap, 12 Maret 2026
Yang menyatakan



Revan Surya Prihanto
NIM.22DL50004

PERNYATAAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai Civitas Akademik Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	: Revan Surya Prihanto
NIM	: 22DL50004
Program Studi	: Teknik Industri
Fakultas	: Teknologi Industri
Jenis Karya	: Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Tugas Akhir saya yang berjudul: “Pengaruh Kecemasan Karier dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Gen-Z di Era Industri 4.0” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Adanya Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) berhak menyimpan, mengelola dalam bentuk data base, merawat dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa ada unsur paksa dari pihak manapun.

Cilacap, 12 Maret 2026
Yang menyatakan



Revan Surya Prihanto
NIM.22DL50004

PENGESAHAN

Tugas Akhir Saudara,

Nama : **Revan Surya Prihanto**
NIM : **22DL50004**
Program Studi : **Teknik Industri**
Judul : **Pengaruh Kecemasan Karier dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Gen-Z di Era Industri 4.0**

Telah disidang Tugas Akhir oleh Dewan Penguji Fakultas Teknologi Industri Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap pada hari / tanggal :

Rabu, 11 Maret 2026

Dan dapat diterima sebagai pemenuhan tugas akhir mahasiswa Program Strata 1 (S-1) Teknik Industri Fakultas Teknologi Industri pada Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Mengetahui,

Penguji 1

Aji Kusumastuti Hendrawan, M.T.
NIDN. 0617019501

Penguji 2

Anisha Dian Iswahyuni, S.T., M.Sc.
NIDN. 0629048401

Pembimbing 1/Ketua Sidang

Muhamad Haris Maknun, M.T.
NIDN. 0617058403

Pembimbing 2/Sekretaris Sidang

Siti Fauzatun Wachidah, M.Sc.
NIDN. 0618088602



Cilacap, 11 Maret 2026
Mengetahui,
Dekan Fakultas Teknologi Industri

Christian Soolany, S.TP., M.Si.
NIDN. 0627128801

MOTTO

***‘Sejatinya dunia hanyalah permainan dan senda gurau, maka pandanglah
ia sebagai wahana yang suatu saat kamu harus berhenti dan
meninggalkannya’***

NOTA PEMBIMBING

Hal : Naskah Laporan Tugas Akhir Revan Surya Prihanto
Lamp : -

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Teknologi Industri
UNUGHA Cilacap
Di -
Cilacap

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

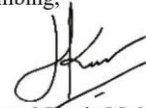
Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka pembimbing berpendapat bahwa Laporan Tugas Akhir saudara:

Nama : Revan Surya Prihanto
NIM : 22DL50004
Program Studi : Teknik Industri
Judul : Pengaruh Kecemasan Karier dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Gen-Z di Era Industri 4.0

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Teknologi Industri Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1) Teknik Industri Fakultas Teknologi Industri pada Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Cilacap, 12 Maret 2026
Pembimbing,



Muhamad Haris Maknun, M.T.
NIDN. 0617058403

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Laporan Tugas Akhir Revan Surya Prihanto
Lamp : -

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Teknologi Industri
UNUGHA Cilacap
Di –
Cilacap

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengkoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa Laporan Tugas Akhir saudara:

Nama : Revan Surya Prihanto
NIM : 22DL50004
Program Studi : Teknik Industri
Judul : Pengaruh Kecemasan Karier dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Gen-Z di Era Industri 4.0

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Teknologi Industri Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1) Teknik Industri Fakultas Teknologi Industri pada Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cilacap, 12 Maret 2026
Konsultan,



Aji Kusumastuti Hendrawan, M.T.
NIDN. 0617019501

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“PENGARUH KECEMASAN KARIER DAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KARYAWAN GEN-Z DI ERA INDSUTRI 4.0”** secara sistematis dan tepat waktu. Skripsi ini sebagai salah satu syarat akademik dalam memperoleh gelar Sarjana Teknik pada program studi Teknik Industri, Fakultas Teknologi Industri, Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. A. Luthfi Hamidi, M.Ag, selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
2. Christian Soolany, S.TP., M.Si, selaku Dekan Fakultas Teknologi Industri, atas segala fasilitas dan kebijakan yang mendukung.
3. Aji Kusumastuti Hendrawan, A.Md.T., S.T., M.T, selaku Ketua Program Studi Teknik Industri, atas arahan dan kesempatan yang diberikan.
4. Muhammad Haris Maknun, M.T dan Siti Fauzatun Wachidah, S.Si., M.Sc, selaku Dosen Pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran, serta memberikan bimbingan, arahan dan motivasi yang tak ternilai harganya mulai dari tahap awal perancangan hingga penyelesaian skripsi ini.
5. Aji Kusumastuti Hendrawan, A.Md.T., S.T., M.T. dan Anisha Dian Iswahyuni, S.T, M.Sc selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan saran konstruktif demi perbaikan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Dosen dan staf administrasi Fakultas Teknologi Industri atas ilmu dan pelayanan yang telah diberikan selama masa studi.

7. PT. Cahaya Turangga Sakti atas izin dan kerjasama yang diberikan dalam pelaksanaan penelitian.
8. Kedua orang tua tercinta dan seluruh saudara, atas dukungan moral, doa dan kasih sayang yang tiada henti, menjadi sumber kekuatan utama dalam menyelesaikan studi
9. Rekan-rekan seperjuangan angkatan 2022 Program Studi Teknik Industri, khususnya kelas malam, atas kerjasama, diskusi dan semangat yang telah terjalan

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi materi maupun tata bahasa. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan di masa yang akan datang. Akhir kata penulis berharap skripsi ini dapat berguna khususnya untuk penulis secara pribadi dan para pembaca secara umum.

Cilacap, 12 Maret 2026



Revan Surya Prihanto

ABSTRAK

Masuknya kelompok generasi yang lahir antara 1997 hingga 2012 ke pasar tenaga kerja membawa dinamika psikologis yang belum banyak diteliti, khususnya di lingkungan kerja kontraktor lokal era digitalisasi industri. Studi ini dirancang untuk menelusuri sejauh mana kecemasan atas prospek karier dan stres dalam pekerjaan berkontribusi pada tinggi-rendahnya output kerja karyawan Gen-Z di PT. Cahaya Turangga Sakti. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen kuesioner berskala Likert empat poin yang diberikan kepada 30 karyawan terpilih, kemudian diolah menggunakan SPSS versi 25 melalui serangkaian pengujian statistik mencakup validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, korelasi Pearson, regresi linear berganda, serta analisis faktor. Temuan studi mengindikasikan bahwa secara tersendiri, kecemasan karier ($t=-1,582$; $\text{sig}=0,125$) maupun stres kerja ($t=-1,026$; $\text{sig}=0,314$) tidak menunjukkan pengaruh yang cukup kuat terhadap produktivitas. Pengujian secara bersamaan pun menghasilkan kesimpulan yang sama ($F=1,266$; $\text{sig}=0,298$), dengan koefisien determinasi hanya mencapai 8,6%. Meski demikian, analisis faktor berhasil mengidentifikasi bahwa ketidakpastian arah karier di dunia digital menjadi komponen paling dominan pada variabel kecemasan (factor loading=0,854), sementara tekanan beban dan tenggat waktu mendominasi variabel stres kerja (factor loading=0,908). Perusahaan disarankan membangun sistem manajemen karier yang lebih transparan dan proporsional dalam distribusi beban kerja, terutama bagi karyawan generasi muda

Kata Kunci: Kecemasan Karier, Stres Kerja, Produktivitas Kerja, Generasi Z, Era Industri 4.0

ABSTRACT

The entry of the generation group born between 1997 and 2012 into the labor market brings psychological dynamics that have not been widely studied, especially in the work environment of local contractor in the of area industrial digitalization. This study was designed to explore the extent to which anxiety about career prospects and stress at work contribute to the high and low work output of Gen-Z employees at PT. Cahaya Turangga Sakti. Data collection was conducted using a four-point Likert scale questionnaire instrument administered to 30 selected employees, then processed using SPSS version 25 through a series of statistical test including validity, reliability, classical assumption test, Pearson correlataion, multiple linear regression and factor analysis. The study findings indicate that individually, career anxiety ($t=-1,582$; $\text{sig}=0,125$) and work stress ($t=-1,026$; $\text{sig}=0,314$) do not show sufficiently strong influence on productivity. Simutaneous testing also yielded the same conclusion ($F=1,266$; $\text{sig}=0,298$), with a coefficient of determination of only 8,6%. However, factor analysis successfully identified that career uncertainty in the digital world was the most dominant component of the anxiety variable (factor loading=-0,854), while workload pressure and deadlines dominated the work stress variable (factor loading=-0,908). Companies are advised to build a more transparent and proportional career management system in distributing workloads, especially for younger employees.

Keywords: Career Anxiety, Work Stress, Work Productivity, Generation Z, Industrial Era 4.0

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
NOTA PEMBIMBING.....	vi
NOTA KONSULTAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Batasan Masalah.....	8
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Landasan Teori.....	10
2.1.1 Kecemasan Karier.....	10
2.1.2 Stres Kerja.....	11
2.1.3 Produktivitas Karyawan.....	15
2.1.4 Generasi-Z.....	17
2.1.5 Era Industri 4.0.....	20
2.2 Teori Statistik.....	22
2.3 Penelitian yang Relevan.....	23
2.4 Kerangka Berpikir.....	26
2.5 Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	28
3.1 Jenis Penelitian.....	28

3.2	Variabel dan Instrumen Penelitian.....	28
3.2.1	Variabel Penelitian	28
3.2.2	Instrumen Penelitian.....	28
3.3	Populasi dan Sampel.....	29
3.4	Jenis dan Sumber Data	29
3.5	Metode Pengumpulan Data.....	29
3.6	<i>Timeline</i> Penelitian	30
3.7	Teknik Analisis Data.....	30
3.7.1	Analisis Statistik Deskriptif.....	31
3.7.2	Uji Kualitas Data.....	31
3.7.3	Analisis Faktor.....	32
3.7.4	Uji Asumsi Klasik	34
3.7.5	Analisis Regresi Berganda.....	35
3.7.6	Interpretasi Hasil	36
3.8	Flowchart	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Gambaran Umum Perusahaan.....	38
4.1.1	Visi Misi Perusahaan	38
4.1.2	Struktur Organisasi Perusahaan	39
4.2	Penentuan Responden.....	40
4.3	Rekapitulasi Hasil Kuesioner	41
4.4	Pengujian Data	43
4.4.1	Analisis Deskriptif	43
4.4.2	Uji Kualitas Data.....	47
4.4.3	Uji Asumsi Klasik	50
4.4.4	Analisis Korelasi	53
4.4.5	Analisis Regresi	55
4.4.6	Analisis Faktor.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		63
5.1	Kesimpulan	63
5.2	Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN		71

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kontrak Pekerjaan Konstruksi di PT. Cahaya Turangga Sakti	7
Tabel 2.1 Operasional Variabel	13
Tabel 2.2 Statsitik Deskriptif	14
Tabel 2.3 Hasil Uji Reliabilitas	16
Tabel 2.4 Hasil Uji Hipotesis	16
Tabel 2.5 Komponen Technostress.....	19
Tabel 2.6 Persentase dan Frekuensi Kelompok Sampel Penelitian.....	19
Tabel 2.7 Hasil Uji Hipotesis Penelitian.....	20
Tabel 2.8 Perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan.	24
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian.....	29
Tabel 3.2 Timeline Penelitian	30
Tabel 3.3 Kriteria <i>Goodness of Fit</i> untuk CFA	33
Tabel 4.1 Rekapitulasi Hasil Kuesioner	42
Tabel 4.2 Data Usia Responden	44
Tabel 4.3 Data Gender Responden.....	45
Tabel 4.4 Frekuensi Kontrak Kerja Responden	45
Tabel 4.5 Deskriptif Variabel Penelitian.....	46
Tabel 4.6 Uji Validitas X1.....	47
Tabel 4.7 Uji Validitas X2.....	48
Tabel 4.8 Uji Validitas Y.....	48
Tabel 4.9 Uji Reliabilitas Kecemasan Karier (X1)	49
Tabel 4.10 Uji Reliabilitas Stres Kerja (X2).....	49
Tabel 4.11 Uji Reliabilitas Produktivitas Karyawan Gen-Z (Y).....	49
Tabel 4.12 <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	50
Tabel 4.13 <i>Coefficients and Collinearity Statistic</i>	51
Tabel 4.14 Korelasi Pearson antar Variabel	54
Tabel 4.15 Uji t; Pengaruh Kecemasan Karier (X1) terhadap Produktivitas (Y) .	55
Tabel 4.16 Uji t; Pengaruh Stres Kerja (X2) terhadap Produktivitas (Y).....	56
Tabel 4.17 ANOVA - Uji F (Simultan)	57
Tabel 4.18 Model Summary (R ²)	57
Tabel 4.19 <i>Coefficients</i> - Persamaan Regresi.....	58
Tabel 4.20 <i>KMO and Bartlett's Test</i>	60
Tabel 4.21 <i>Rotated Component Matrix</i>	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Theoritical Framework</i>	12
Gambar 2.2 <i>Outer Loading</i>	16
Gambar 2.3 Kerangka Berfikir.....	26
Gambar 2.4 Kerangka Hipotesa	27
Gambar 3.1 Diagram Alir Penelitian	37
Gambar 4.1 Logo PT. Cahaya Turangga Sakti.....	38
Gambar 4.2 Struktur Organisasi PT. Cahaya Turangga Sakti.....	39
Gambar 4.3 Grafik <i>Scatterplot</i>	53