

**PENGARUH LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KESEHATAN MENTAL PADA KARYAWAN HOTEL
SPLASH KOTA BENGKULU**



S K R I P S I

Oleh:

DHEA MAY ANGGRAINI
NPM: 2161201230

PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

2025

**PENGARUH LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KESEHATAN MENTAL PADA KARYAWAN HOTEL
SPLASH KOTA BENGKULU**



S K R I P S I

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Manajemen Pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

Oleh:

**DHEA MAY ANGGRAINI
NPM: 2161201230**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
2025**

PERSETUJUAN SKRIPSI
PENGARUH LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
KESEHATAN MENTAL PADA KARYAWAN HOTEL
SPLASH KOTA BENGKULU



SKRIPSI

Diajukan Oleh:

DHEA MAY ANGGRAINI
NPM: 2161201230

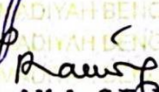
Disetujui Oleh:

Pembimbing


Tezar Arianto, S.E., MM
NIDN: 0230070502



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis


Furqon Ranidiah, S.E., M.M.
NIDN: 0208047301

PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI

PENGARUH LINGKUNGAN KERJA TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA KARYAWAN HOTEL SPLASH KOTA BENGKULU

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Muhammadiyah Bengkulu
Guna memperoleh gelar Sarjana Manajemen

Hari : Kamis
Tanggal : 03 Juli 2025

SKRIPSI

Oleh:

DHEA MAY ANGGRAINI
NPM: 2161201230

Dewan Penguji:

- | | | |
|---------------------------------|---------|---------|
| 1. Dr. Sri Ekowati, S.E., M.M | Ketua | (.....) |
| 2. Andi Azhar, SIP., MBA., Ph.D | Anggota | (.....) |
| 3. Tezar Arianto, S.E., M.M | Anggota | (.....) |

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis



Furqonti Raniyah, S.E., M.M
NIDIN: 0208047301



SERTIFIKASI

Saya Dhea May Anggraini menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan ini adalah karya sendiri dan atas bimbingan Dosen Pembimbing Skripsi. Karya ini belum pernah di sampaikan untuk mendapatkan gelar sarjana pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis atau pada Program Studi lainnya. Karena karya ini milik saya, maka segala sesuatu yang berhubungan dengan skripsi ini adalah tanggung jawab saya.

Bengkulu, Juli 2025



Dhea May Anggraini
NPM: 2161201230

MOTTO

“ Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya ”

(Qs. Al-Baqarah 2:286)

“Setetes keringat orang tuaku yang keluar, ada seribu langkahku untuk melangkah maju.

*“Direndahkan dimata manusia, di tinggikan dimata Tuhan, **Prove Them Wrong**”*

PERSEMBAHAN

Dengan segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, dan atas dukungannya dari orang-orang tercinta akhirnya dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Cinta pertama saya, Ayahanda tercinta Santoso, terimakasih atas setiap tetes keringat yang tcurahkan dalam setiap langkah ketika bertanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga untuk mencari nafkah dan tiada hentinya memberikan semangat, motivasi, kasih sayang, serta dukungan dari segi finansial sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi hingga akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Manajemen. Terimakasih telah mengusahakan segalanya untuk anak bungsumu ini dan anak perempuan satu-satunya.
2. Ibunda tercinta saya Rantini, pintu surgaku terimakasih atas setiap semangat, ridho, perhatian, kasih sayang dan doa yang selalu terselip disetiap sholatnya demi keberhasilan penulis dalam menyelesaikan pendidikan sampai menjadi Sarjana. Terima kasih ibu, atas berkat dan ridhomu ternyata anak bungsumu yang selama ini harus setegar karang di lautan dan menjadi harapan terbesar saat ini telah mampu mendapatkan gelar Sarjana Manajemen.
3. Saudara kandungku, Agus Rianto dan Riko Ferlianto terima kasih karena selalu sayang kepada adik bungsumu sampai saat ini. Semoga kalian selalu di berkahi, diberikan kesehatan dan rezeki yang berlimpah. Dan temani adik bungsu mu ini sampai di kehidupan selanjutnya.

4. Teruntuk teman-teman Anjel Dea Lola, Aza Kamella Gusmenta, Nova Afriany, Anisa Fajriah, Moleka Ajwa dan Riska Sepriani. Teman seperjuangan dari semester satu yang sampai detik ini terus memberikan segala sesuatu yang baik dalam keadaan apapun, terima kasih selalu memberikan semangat sehingga membuat motivasi dalam mengerjakan skripsi ini.
5. Terima kasih untuk saudaraku yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada penulis dari awal kuliah hingga sekarang sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
6. Terimakasih untuk keluarga besar yang telah memberikan dukungan baik secara moral maupun material.
7. Dosen pembimbing skripsi saya Bapak Tezar Arianto S.E., M.M terimakasih telah memberikan bimbingan secara akademik. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas waktu, kesabaran, dan mempermudah setiap proses penyelesaian skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang Bapak berikan.
8. Kepada pemilik NIM 856833279 terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, dan terima kasih atas dukungan, semangat, serta telah menjadi tempat keluh kesah, yang selalu ada dalam suka maupun duka selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, doa yang senantiasa dilangitkan, dan seluruh hal baik yang diberikan selama ini.

9. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri Dhea May Anggraini terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau sering kali merasa belum berhasil, namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu tidak menyerah untuk mencoba dan berusaha. Terima kasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut di rayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Mental Pada Karyawan Hotel Splash Kota Bengkulu”.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini banyak bantuan yang telah diberikan kepada penulis, untuk itu dengan rasa tulus dan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Susiyanto, M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
2. Ibu Furqonti Ranidiah, S.E., M.M, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
3. Ibu Ade Tiara Yulinda, S.E., M.M, selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
4. Bapak Tezar Arianto , S.E., M.M, selaku pembimbing yang telah membimbing dan meluangkan waktu untuk mengarahkan dan memberikan bimbingan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Dosen dan Karyawan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang sudah banyak memberikan bantuan dalam penulisan Skripsi ini.

6. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas

Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang saling membantu dalam memberikan motivasi serta dorongan dalam penulisan Skripsi ini.

7. Semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian penulisan Skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Akhirnya penulis berharap semoga bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amal ibadah dan semoga Allah SWT melimpahkan pahala dan balasan kepada mereka semua. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis membuka diri terhadap semua kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penulis jadikan sebagai acuan dalam penulisan Skripsi kedepannya. Harapan penulis semoga Skripsi ini dapat diterima dan layak untuk dilanjutkan ke tahap pengujian.

Bengkulu, Juli 2025
Peneliti,

Dhea May Anggraini

ABSTRAK

Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Mental pada Karyawan Hotel Splash Kota Bengkulu

Oleh

Dhea May Anggraini¹

Tezar Arianto²

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Mental pada Karyawan Hotel Splash Kota Bengkulu. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif, Populasi penelitian ini adalah para tamu Hotel Splash Kota Bengkulu. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan kuesioner. Sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, analisis regresi sederhana menggunakan SPSS dan analisis Koefisien determinasi (R^2).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan kerja berpengaruh positif terhadap kesehatan mental pada karyawan Hotel Splash Kota Bengkulu. Lingkungan kerja yang dimaksud mencakup aspek fisik, sosial, dan psikologis yang dialami karyawan selama menjalankan tugas. Kesehatan mental menjadi fokus utama mengingat tekanan kerja di industri perhotelan sering kali berdampak pada kesejahteraan emosional dan produktivitas tenaga kerja. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara lingkungan kerja terhadap kesehatan mental karyawan. Penelitian ini merekomendasikan pihak manajemen hotel untuk meningkatkan lingkungan kerja sebagai upaya menjaga kesehatan mental karyawan secara berkelanjutan.

Kata Kunci : lingkungan kerja, kesehatan mental

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN COVER	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SERTIFIKASI	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang	1
1. 2 Identifikasi Masalah	3
1. 3 Batasan Masalah.....	3
1. 4 Rumusan Masalah	4
1. 5 Tujuan Penelitian	4
1. 6 Manfaat Penelitian	4

BAB II STUDI PUSTAKA

2. 1 Deskripsi Konseptual	6
2.1.1 Kesehatan Mental.....	6
2.1.1.1 Faktor-Faktor Kesehatan Mental	12
2.1.1.2 Indikator -Indikator Kesehatan Mental	14
2.1.2 Lingkungan Kerja	16
2.1.2.1 Indikator-Indikator Lingkungan Kerja	19
2. 2 Hasil Penelitian Yang Relevan	20
2. 3 Kerangka Teorik	21
2. 4 Definisi Operasional	22
2. 5 Hipotesis	23

BAB III METODE PENELITIAN

3. 1 Tempat dan Waktu Penelitian	24
3. 2 Metode Penelitian	24
3. 3 Populasi dan Sampel.....	24
3. 4 Teknik Pengumpulan Data	26
3.4.1 Observasi	26
3.4.2 Kuesioner.....	27
3. 5 Teknik Analisis Data	28
3.5.1 Analisis Deskriptif	28
3.5.2 Analisis Statistik Inferensial	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4. 1 Hasil.....	38
4.1.1 Sejarah Singkat Hotel Splash Kota Bengkulu	38
4.1.2 Visi dan Misi Pada Hotel Splash Kota Bengkulu	38
4.1.3 Karakteristik Responden	39
4.1.4 Hasil Analisis Tanggapan Responden Terhadap Variabel Penelitian.....	42
4.1.5 Hasil Uji Instrument Penelitian	46
4.1.6 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	48
4.1.7 Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana.....	51
4.1.8 Hasil Analisis Koefisien Determinasi	52
4.1.9 Pengujian Hipotesis Penelitian	53
4.2 Pembahasan.....	55
4.2.1 Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Mental...	56

BAB V PENUTUP

5. 1 Kesimpulan	57
5.2 Saran	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.1 Penelitian Terdahulu	20
2.2 Definisi Operasional	22
3.1 Sampel Penelitian	25
3.2 Skala Likert	28
3.3 Kriteria Tanggapan Responden	29
4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin.....	39
4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	40
4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	41
4.4 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Variabel Lingkungan Kerja(X_1)..	42
4.5 Hasil Tanggapan Responden Terhadap Variabel Lingkungan Kerja(Y) ...	44
4.6 Hasil Uji Validitas Penelitian	47
4.7 Hasil Uji Reliabilitas Penelitian	47
4.8 Hasil Uji Normalitas	48
4.9 Hasil Uji Multikolinearitas	50
4.10 Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana	51
4.11 Nilai Koefisien Determinasi (R^2)	53
4.12 Hasil Pengujian Hipotesis dengan Uji t	54
4.13 Hasil Pengujian Hipotesis dengan Uji F	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.2 Grafik Uji Normalitas	49
Gambar 4.3 Uji Heteroskedastisitas	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner	63
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas	67
Lampiran 3. Tanggapan Responden	73

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan hasil observasi awal kepada pihak HRD Hotel Splash Kota Bengkulu pada tanggal 27 November 2024, dapat diketahui masalah yang terjadi pada Hotel Splash yaitu lingkungan kerja merupakan factor penting yang mempengaruhi kesehatan mental di suatu organisasi. Pada sektor perhotelan, di Hotel Splash Kota Bengkulu, kesehatan mental sangat diperlukan untuk memastikan produktivitas yang optimal serta kepuasan baik bagi karyawan maupun tamu yang dilayani.

Namun, di balik pelayanan prima pada hotel splash yang diberikan kepada tamu terdapat tantangan terkait kesehatan mental karyawan. Pada Hotel Splash, sering kali menghadapi tekanan tinggi, seperti jam kerja yang panjang, interaksi intensif dengan tamu, dan tuntutan untuk selalu tampil profesional. Hal ini dapat menyebabkan stres, kelelahan, dan penurunan kerja di kalangan karyawan.

Meskipun hotel ini menyediakan fasilitas spa untuk tamu, belum ada informasi yang menunjukkan adanya program khusus yang ditujukan untuk mendukung lingkungan kerja. Padahal, perhatian terhadap lingkungan kerja sangat penting untuk meningkatkan produktivitas, dan menciptakan kesehatan mental yang sehat dan harmonis (Sihombing & Batoebar, 2020).

Splash Hotel memiliki arti atau makna yaitu percikan dengan harapan dari satu Hotel yaitu Splash Hotel untuk masa yang akan datang dan berkembang

menjadi beberapa hotel dan menjadi group Hotel yang besar di Bengkulu dan Luar Kota Bengkulu, dan untuk *Owning Company* dari perusahaan pemilik Splash Hotel itu sendiri adalah PT. PESONA BIRU WISATA yang berada di Kota Bengkulu.

Lingkungan kerja adalah keseluruhan alat, bahan, lingkungan sekitar tempat bekerja, serta cara melakukan pekerjaan yang dapat memengaruhi karyawan dalam menjalankan tugasnya (Sofiyah, 2018). Lingkungan kerja yang baik akan menciptakan semangat kerja dan produktivitas yang lebih tinggi.

Gray et al., (2019) memberikan definisi kesehatan mental yang lebih luas dan melihatnya dari perspektif yang "positif". Ia menyatakan bahwa kesehatan mental adalah kondisi di mana seseorang terus berkembang, tumbuh, dan mencapai kedewasaan dalam kehidupannya, menerima tanggung jawab, serta mampu menyesuaikan diri (tanpa harus membayar harga yang terlalu tinggi, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk masyarakat) dalam berpartisipasi dalam menjaga norma sosial dan berperilaku sesuai dengan budaya yang ada. Sedangkan, Federasi Kesehatan Mental Dunia (*World Federation for Mental Health*) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi yang memungkinkan adanya perkembangan yang optimal baik secara fisik, intelektual dan emosional, sepanjang hal itu sesuai dengan keadaan orang lain (Harahap et al., 2024).

Setelah mempertimbangkan latar belakang di atas, peneliti tertarik dengan judul: **“Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kesehatan Mental Pada Karyawan Hotel Splash Kota Bengkulu”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang di atas, peneliti membedakan sejumlah masalah yang akan digunakan sebagai bahan peneliti, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Lingkungan Kerja di Hotel Splash

Lingkungan kerja di hotel memainkan peran penting dalam mempengaruhi kesehatan mental karyawan. Namun, dalam praktiknya, lingkungan kerja di banyak hotel sering kali menghadapi berbagai permasalahan yang dapat berdampak pada kesehatan mental karyawan.

2. Kesehatan Mental di Hotel Splash

Kesehatan mental merupakan faktor penting yang memengaruhi lingkungan kerja mereka. Namun, banyak karyawan di sektor perhotelan yang menghadapi tekanan mental karena beban kerja tinggi, tuntutan pelanggan, jadwal kerja yang tidak menentu dan lingkungan kerja yang tidak baik. Hal ini dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka, yang pada gilirannya memengaruhi lingkungan kerja di hotel.

1.3 Batasan Penelitian

Agar penelitian terarah dan tidak menyimpang dari tujuan penelitian, maka peneliti membatasi penelitian hanya di lakukan pada karyawan hotel.

1.4 Rumusan Masalah

Mengingat latar belakang di atas, pertanyaan peneliti ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimana lingkungan kerja berpengaruh terhadap kesehatan mental karyawan di hotel splash?
2. Bagaimana tingkat kesehatan mental karyawan di hotel splash?

1.5 Tujuan penelitian

1. Mengetahui sejauh mana lingkungan kerja memengaruhi kesehatan mental di hotel splash.
2. Mengetahui kondisi kesehatan mental karyawan di hotel splash.

1.6 Manfaat Penelitian

1. 1. Bagi Manajemen Hotel

Penelitian ini memberikan wawasan bagi manajemen hotel tentang pentingnya lingkungan kerja dalam menciptakan kesehatan mental karyawan. Hasil penelitian dapat digunakan untuk merancang kebijakan atau program yang mendukung kesehatan mental karyawan, seperti penyediaan layanan konseling atau kegiatan yang meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis mereka. Memberikan pemahaman kepada manajemen tentang bagaimana lingkungan kerja berpengaruh pada kinerja, motivasi, dan kepuasan kerja karyawan, serta dampaknya pada pelayanan pelanggan yang lebih baik di hotel.

1.2 Bagi Karyawan Hotel

Memberikan kesadaran kepada karyawan tentang pentingnya menjaga lingkungan kerja agar dapat bekerja dengan optimal. Dengan memahami hubungan ini, karyawan diharapkan lebih proaktif dalam menjaga keseimbangan hidup dan mengurangi tingkat stres di tempat kerja. Menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kondisi lingkungan kerja terhadap kesehatan mental serta mendorong karyawan untuk lebih aktif menjaga kesejahteraan psikologis mereka di tempat kerja.