

ABSTRAK

Edo Rachmad Iman Perdana / 1900861201298 / Pengaruh Beban Kerja dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Surya Sumber Sawit Abadi / Pembimbing 1 Reni Devita, S.E., M.M. / Pembimbing 2 Rasdi, S.Pd., M.M.

Beban kerja yang berat dapat mempengaruhi kinerja karyawan karena dapat menyebabkan efek berupa kelelahan baik fisik maupun mental serta reaksi-reaksi emosional yang dapat berupa sakit kepala, gangguan pencernaan dan mudah marah. Sedangkan pada beban kerja yang terlalu sedikit akan menimbulkan rasa bosan dan monoton. Dengan adanya beban kerja tersebut dapat mengakibatkan stress kerja yang mana dapat membuat ketegangan dan dapat berpengaruh terhadap kinerja karyawan. Stress kerja merupakan kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Stress yang tidak diatasi dengan baik biasanya berakibat pada ketidakmampuan seseorang untuk berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam arti lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luar.

Keberhasilan suatu organisasi sangat dipengaruhi oleh kinerja karyawannya. Setiap organisasi maupun perusahaan akan selalu berusaha untuk meningkatkan kinerja karyawan, dengan harapan apa yang menjadi tujuan perusahaan akan tercapai. Kinerja karyawan yang baik ditandai dengan adanya kualitas kerja yang baik dalam menyelesaikan setiap pekerjaan yang diberikan oleh pemimpin dengan tepat sesuai waktu yang ditentukan dan dapat mencapai setiap target yang telah ditetapkan oleh perusahaan. Tuntutan akan kinerja karyawan yang tinggi memang sudah menjadi bagian dari setiap perusahaan, karena sebuah perusahaan yang sukses tidak lepas dari kinerja karyawan yang bekerja pada perusahaan tersebut.

Metode penelitian ini deskriptif kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi berganda. Data penelitian diperoleh dari responden melalui kuesioner dengan jumlah responden 81 orang karyawan. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan program SPSS 25.0.

Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,004 dan 0,001 lebih kecil dari 0,05. Kemudian nilai R Square sebesar 0,599 atau 59,9%. Hal ini berarti variabel independent (beban kerja dan stress kerja) mempengaruhi variabel dependent (kinerja karyawan) sebesar 59,9% dan sisanya 40,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

Kesimpulan dari penelitian ini yakni beban kerja termasuk kategori sangat tinggi, stress kerja termasuk kategori sangat tinggi, dan kinerja karyawan termasuk kategori sangat tinggi. Kemudian adanya pengaruh positif signifikan antara beban kerja dan stress kerja terhadap kinerja karyawan.

ABSTRACT

Edo Rachmad Iman Perdana / 1900861201298 / The Influence of Workload and Work Stress on Employee Performance at PT. Surya Sumber Palm Abadi / Advisor 1st Reni Devita, S.E., M.M. / Advisor 2nd Rasdi, S.Pd., M.M.

A heavy workload can affect employee performance because it can cause effects in the form of physical and mental fatigue as well as emotional reactions which can include headaches, indigestion and irritability. Meanwhile, too little workload will cause boredom and monotony. This workload can result in work stress which can create tension and can affect employee performance. Work stress is a condition of tension that affects a person's emotions, train of thought and physical condition. Stress that is not handled properly usually results in a person's inability to interact positively with their environment, both in terms of the work environment and the external environment.

The success of an organization is greatly influenced by the performance of its employees. Every organization or company will always try to improve employee performance, with the hope that the company's goals will be achieved. Good employee performance is characterized by good quality work in completing every job given by the leader precisely according to the specified time and being able to achieve every target set by the company. The demand for high employee performance has become part of every company, because a successful company cannot be separated from the performance of the employees who work for that company.

This research method is quantitative descriptive using multiple regression analysis. Research data was obtained from respondents through a questionnaire with 81 employees as respondents. Statistical analysis was carried out using the SPSS 25.0 program.

The results obtained show that the significance values of 0.004 and 0.001 are smaller than 0.05. Then the R Square value is 0.599 or 59.9%. This means that the independent variables (workload and work stress) influence the dependent variable (employee performance) by 59.9% and the remaining 40.1% is influenced by other variables not included in the research.

The conclusion from this research is that workload is in the very high category, work stress is in the very high category, and employee performance is in the very high category. Then there is a significant positive influence between workload and work stress on employee performance.