

ABSTRAK

Pada suatu perusahaan, mampu mengelola stres kerja dan beban kerja adalah hal yang penting untuk mencapai tujuan suatu perusahaan. Perusahaan berusaha untuk selalu meningkatkan kinerja karyawannya demi tercapainya tujuan yang telah ditetapkan perusahaan. Dalam meningkatkan kinerja karyawan maka di butuhkan pemahaman mengelola beban kerja dan stres kerja, karena semakin merasa terbebani maka akan timbul stres yang berlebih.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT. Nafriya Abadi Motor Indramayu. Dalam metode penelitian ini yang digunakan adalah deskriptif dan verifikatif dengan jumlah sampel 30 responden. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan penyebaran kuesioner. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda, analisis kolerasi berganda, analisis koefisien determinasi dan uji hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan antara Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan. Besarnya pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan secara simultan 52,2% terhadap Kinerja Karyawan dan sisanya sebesar 47,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti peneliti. Secara parsial besarnya pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan sebesar 25,2%, dan besarnya pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan sebesar 27%.

Kata Kunci : Stres Kerja, Beban Kerja, Kinerja Karyawan