

ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari ditemukannya permasalahan pada kinerja karyawan. Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kinerja karyawan yang disebabkan oleh rendahnya *self efficacy* dan stres kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Pos Indonesia (Persero) Kantor Pos Asia Afrika Bandung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan verifikatif dengan pendekatan kuantitatif. Dengan jumlah populasi sebanyak 112 karyawan dan jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 90 karyawan. Teknik sampling menggunakan *probability sampling*, dengan jenis *simple random sampling*. Metode analisis yang digunakan yaitu menggunakan analisis regresi linier berganda, analisis korelasi berganda, analisis koefisien berganda dan uji hipotesis dengan menggunakan program SPSS 24.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *self efficacy* dan stres kerja terhadap kinerja karyawan. Besarnya pengaruh *self efficacy* dan stres kerja secara simultan memiliki kontribusi pengaruh terhadap kinerja karyawan yaitu sebesar 61,5% sedangkan sisanya 38,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kontribusi pengaruh *self efficacy* terhadap kinerja karyawan adalah sebesar 43,1% dan kontribusi pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan adalah sebesar 18,4%. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel *self efficacy* memberikan kontribusi paling dominan terhadap kinerja karyawan pada PT. Pos Indonesia (Persero) Kantor Pos Asia Afrika Bandung.

Kata Kunci: *Self Efficacy*, Stres Kerja dan Kinerja Karyawan

ABSTRACT

This study originated from the discovery of problems in employee performance. The problem in this study is the low performance of employees caused by low self-efficacy and work stress.

This study aims to determine the effect of self-efficacy and work stress on employee performance at PT. Pos Indonesia (Persero) Post Office Asia Africa Bandung. This study uses descriptive and verification methods with a quantitative approach. With a population of 112 employees and the total samples of 90 employees. The sampling technique uses probability sampling, with the type of simple random sampling. The analytical method used is multiple linear regression analysis, multiple correlation analysis, multiple coefficient analysis and hypothesis testing using the SPSS 24 program.

The results of the study showed that there is a positive and significant effect between self-efficacy and job stress on employee performance. The magnitude of the influence of self-efficacy and work stress simultaneously has a contribution to influence on employee performance, which is 61.5% while the remaining 38.5% is influenced by other variables not examined in this study. The contribution of the influence of self-efficacy on employee performance is 43.1% and the contribution of the effect of work stress on employee performance is 18.4%. So it can be concluded that the self-efficacy variable gives the most dominant contribution to the performance of employees at PT. Pos Indonesia (Persero) Post Office Asia Africa Bandung.

Keywords: Self Efficacy, Work Stress and Employee Performance