

**ANALISIS PENGARUH STRES KERJA DAN BEBAN
KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN
PT TELKOM AKSES SINGARAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Satu Persyaratan Dalam
Program Sarjana Manajemen**



**Oleh
Ni Kadek Perayanti
NIM : 2117041232**

**PROGRAM STUDI S1 MANAJEMEN
JURUSAN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

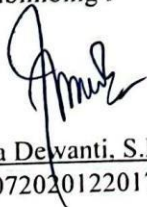
2025

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS-TUGAS
DAN MEMENUHI SYARAT UNTUK
MENCAPAI GELAR SARJANA MANAJEMEN**

Menyetujui,

Pembimbing I



Made Amanda Dewanti, S.E.,M.M
NIP. 1991060720122017

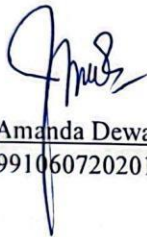
Pembimbing II



Ni Made Dwi Ariani Mayasari, S.E.,M.M.
NIP. 198505042015042001

Skripsi oleh Ni Kadek Perayanti ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 30 Juli 2015

Dewan Penguji



Made Amanda Dewanti, S.E., M.M
NIP. 199106072020122017

(Ketua)



Ni Made Dwi Ariani Mayasari, S.E., M.M.
NIP. 198505042015042001

(Anggota)



Ida Bagus Koman Suarmaja, S.E., M.M
NIP. 199105122023211031

(Anggota)

Diterima oleh panitia Ujian Fakultas Ekonomi

Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai Gelar Sarjana Manajemen

Pada

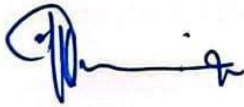
Hari : Senin

Tanggal : 11 Agustus 2025

Mengetahui

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,



Dr. Dra. Ni Made Suci, M.Si.
NIP. 196810291993032001



Made Amanda Dewanti, S.E., M.M.
NIP. 199106072020122017

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ekonomi
Universitas Pendidikan Ganesha



Prof. Dr. Gede Adi Yuniarta, S.E., Ak., M.Si.
NIP. 197906162002121003

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Nama : Ni Kadek Perayanti
NIM : 2117041232
Tempat, Tanggal Lahir : Tigawasa, 10 November 2002
Program Studi : SI Manajemen
Fakultas : Ekonomi

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Analisis Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Telkom Akses Singaraja” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak merupakan hasil penjiplakan ataupun pengutipan yang dilakukan dengan cara-cara tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam Masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya bersedia menanggung segala resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan atau terdapat klaim atas keaslian karya saya ini.

Singaraja, 11 Agustus 2025



METERAI
TENGAH
CAB9CAMX416804518
Ni Kadek Perayanti

KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas anugerah dan karunia yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Kepada ibu Made Amanda Dewanti, S.E.,M.M , selaku pembimbing 1 dan ibu Ni Made Dwi Ariani Mayasari, S.E.,M.M. , selaku pembimbing II yang selalu penuh dengan kesabaran dalam memeberikan bimbingan, saran, dan pengarahan hingga terselesaikannya skripsi. Terima kasih kepada Bapak dan Ibu Dosen di Lingkungan Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen atas ilmu yang telah diberikan selama perkuliahan.

Keluarga tercinta , I Putu Surjana (Ayah) dan Almarhum Ni Komang Ayu Tirtawati (Ibu)

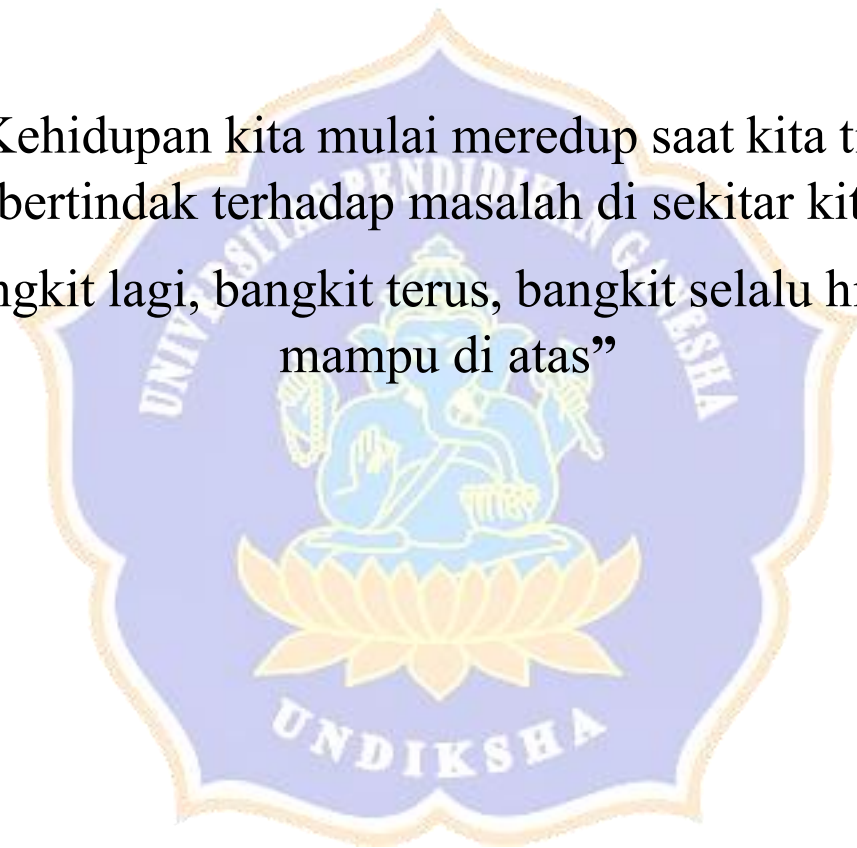
terimakasih selalu menjadi sumber kekuatan, semangat, dan doa dalam setiap langkah hidup saya. Terima kasih atas kasih sayang, kerja keras, dan dukungan tanpa batas yang telah Ayah berikan hingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini, meskipun Ibu telah tiada, cinta dan doamu tetap abadi menyertai setiap langkah saya. Karya ini adalah bentuk cinta dan rindu yang tak pernah padam. Semoga Ibu bangga melihat pencapaian ini dari tempat terindah di sisi Tuhan. Untuk teman- teman dan sahabat, mahasiswa Jurusan Manajemen yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak

dapat saya sebutkan satu persatu;

-Terima Kasih-

MOTTO

“Kehidupan kita mulai meredup saat kita tidak bertindak terhadap masalah di sekitar kita. Bangkit lagi, bangkit terus, bangkit selalu hingga mampu di atas”

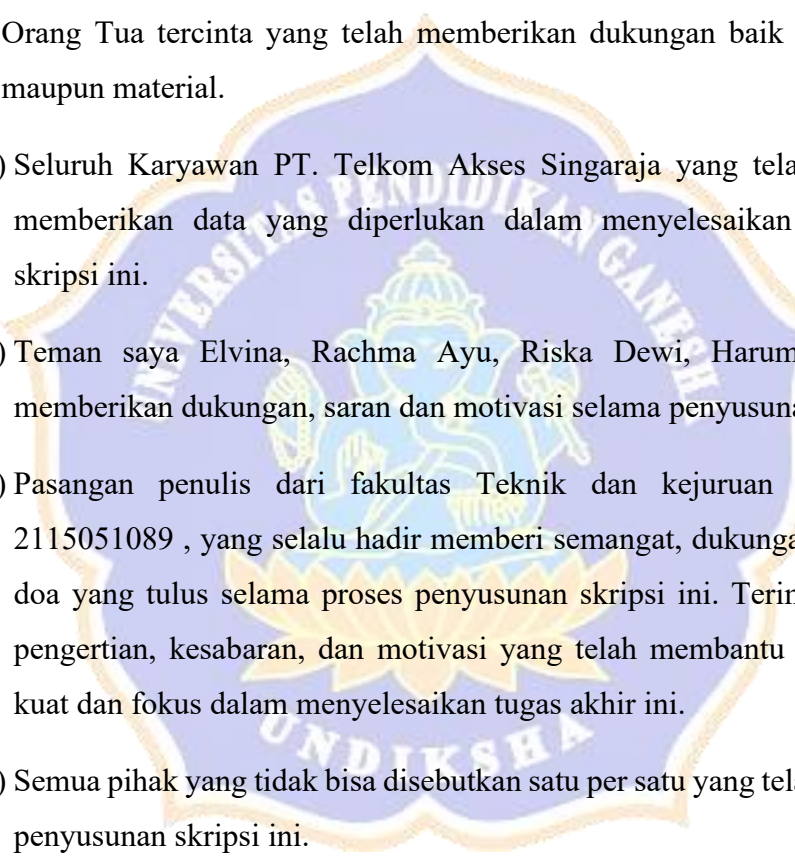


PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas anugerah dan karunia yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Analisis Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT.Telkom Akses Singaraja” Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana manajemen pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam hal menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Maka dari itu dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

- (1) Bapak Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd, selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraj, , atas segala fasilitas dan kesempatan yang diberikan dalam proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
- (2) Bapak Prof. Dr. Gede Adi Yuniarta, S.E., Ak.,M.Si., selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan dukungan dan kebijakan yang mendukung kelancaran studi.
- (3) Bapak Gede Putu Agus Jana Susila, S.E., M.B.A. selaku Ketua Jurusan Manajemen , Fakultas Ekonomi, Universitas Pendidikan Ganesha, atas segala bimbingan dan arahannya.
- (4) Ibu Made Amanda Dewanti,S.E.,M.M. selaku Koordinator Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Pendidikan Ganesha. sekaligus Dosen Pembimbing I, yang telah memberikan waktu, bimbingan, arahan, dan masukan berharga dengan penuh kesabaran dan ketulusan hingga terselesaikannya skripsi ini.
- (5) Ibu Ni Made Dwi Ariani Mayasari, S.E., M.M.,selaku Dosen Pembimbing II sekaligus Pembimbing Akademik, yang telah membimbing penulis dengan penuh perhatian sejak awal masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini, serta selalu memberikan motivasi, saran, dan solusi yang sangat membantu.

- 
- (6) Bapak dan Ibu Dosen di Jurusan Manajemen yang selalu memberikan saran, motivasi dan mendidik selama penulis belajar di Jurusan Manajemen.
- (7) Kepala Tata Usaha Fakultas Ekonomi beserta staf yang telah bersedia membantu penulis dalam memberikan informasi dan petunjuk selama perkuliahan.
- (8) Kepala Perpustakaan Universitas Pendidikan Ganesha beserta staf yang telah memberikan kemudahan pelayanan peminjaman buku- buku yang dibutuhkan selama penyusunan skripsi.
- (9) Orang Tua tercinta yang telah memberikan dukungan baik secara moral maupun material.
- (10) Seluruh Karyawan PT. Telkom Akses Singaraja yang telah membantu memberikan data yang diperlukan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
- (11) Teman saya Elvina, Rachma Ayu, Riska Dewi, Harum yang telah memberikan dukungan, saran dan motivasi selama penyusunan skripsi.
- (12) Pasangan penulis dari fakultas Teknik dan kejuruan dengan nim 2115051089 , yang selalu hadir memberi semangat, dukungan moral, dan doa yang tulus selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas pengertian, kesabaran, dan motivasi yang telah membantu penulis tetap kuat dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
- (13) Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.
- (14) Yang terakhir diriku sendiri, yang telah berjuang dengan segala keterbatasan, menghadapi rasa lelah, keraguan, dan tantangan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah bertahan, tidak menyerah, dan terus melangkah meskipun dalam keadaan sulit. Perjalanan ini menjadi bukti bahwa kerja keras dan keyakinan akan membuahkan hasil.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. penulis sangat berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua.

Singaraja, 30 juni 2025

Penulis



DAFTAR ISI

PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
KATA PERSEMBAHAN	vii
MOTTO.....	viii
PRAKATA	ix
ABSTRAK	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah Penelitian	15
1.3. Pembatasan Masalah	16
1.4. Rumusan Masalah	17
1.5. Tujuan Penelitian.....	17
1.6. Manfaat Penelitian.....	17
BAB II KAJIAN TEORI.....	19
2.1. Kinerja Karyawan.....	19
2.1.1. Pengertian Kinerja Karyawan	19
2.1.2. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan	20
2.1.3. Indikator Kinerja Karyawan.....	24
2.2. Stres Kerja	24
2.2.1. Pengertian Stres Kerja	24

2.2.2. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja.....	25
2.2.3. Indikator Stres Kerja	28
2.3. Beban Kerja.....	29
2.3.1. Pengertian Beban Kerja.....	29
2.3.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja	30
2.3.3. Indikator Beban Kerja	31
2.4. Kajian Penelitian yang Relevan	32
2.5. Hubungan Antar Variabel.....	40
2.5.1. Hubungan Antara Stres Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan.....	40
2.5.2. Hubungan Antara Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan.....	40
2.5.3. Hubungan Antara Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan.....	41
2.6. Kerangka Berpikir	42
2.7. Hipotesis	44
BAB III METODE PENELITIAN	45
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	45
3.2. Rancangan Penelitian	45
3.3. Populasi dan Sempel Penelitian.....	46
3.3.1. Populasi	46
3.3.2. Sempel.....	47
3.4. Metode Pengumpulan Data	48
3.4.1. Instrumen Variabel Terkait	49
3.4.2. Instrumen Variabel Bebas.....	53
3.5. Teknik Analisis Data.....	58
3.5.1. Uji Asumsi Klasik	58
3.5.2. Analisis Regresi Linier Berganda	60

3.5.3. Pengujian Hipotesis	61
BAB IV PEMBAHASAN	64
4.1. Deskripsi Data	64
4.2. Uji Asumsi Klasik	68
4.2.1. Uji Normalitas	68
4.2.2. Uji Multikolinearitas.....	69
4.2.3. Uji Heteroskedastisitas	70
4.3. Analisa Regresi Linear Berganda.....	71
4.4. Pengujian Hipotesis.....	73
4.4.1. Uji Secara Parsial (Uji t)	73
4.4.2. Uji Secara Simultan (Uji F).....	75
4.4.3. Koefisien Determinasi (R^2)	77
4.5. Pembahasan Hasil Penelitian.....	78
4.5.1. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Telkom Akses Singaraja.....	78
4.5.2. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT.Telkom Akses Singaraja.....	82
4.5.3. Pengaruh Stres Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT.Telkom Akses Singaraja.....	87
4.6. Implikasi	90
4.7. Keterbatasan Penelitian	91
BAB V PENUTUP	93
5.1. Rangkuman.....	93
5.2. Simpulan.....	94
5.3. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN	102

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Kinerja Karyawan pada PT Telkom Akses Singaraja tahun 2023	6
Tabel 2. 1 Penelitian yang relevan.....	32
Tabel 3. 1 Variabel dan Definisi Variabel Penelitian	49
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Variabel Terikat.....	50
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas	51
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas.....	52
Tabel 3. 5 Variabel dan definisi variabel penelitian.....	53
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Bebas	54
Tabel 3. 7 Uji Validitas Variabel Bebas	56
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Bebas.....	58
Tabel 4. 1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4. 2 Data Responden Berdasarkan Generasi.....	67
Tabel 4. 3 Uji Normalitas	68
Tabel 4. 4 Hasil Uji Multikolinearitas	69
Tabel 4. 5 Hasil Uji Heteroskedastisitas Menggunakan Metode Glejser.....	70
Tabel 4. 6 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	71
Tabel 4. 7 Hasil Uji Secara Parsial (Uji t)	74
Tabel 4. 8 Uji Secara Simulasi (Uji f).....	76
Tabel 4. 9 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	44
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi PT.Telkom Akses Singaraja.....	65
Gambar 4. 2 Hasil uji heteroskedastisitas menggunakan scatterplot.....	70

