

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

Oleh

Ni Kadek Perayanti, NIM 2117041232

Program Studi Manajemen

Jurusan Manajemen

Fakultas Ekonomi

Universitas Pendidikan Ganesha

Email : nikadek@undiksha.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji variabel stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan. desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis kuantitatif kausal. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah karyawan pada PT. Telkom Akses Singaraja dan yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu 38 orang dan untuk sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik sampling jenuh. variabel beban dalam penelitian ini adalah Stres Kerja (X_1) dan Beban Kerja (X_2), sedangkan variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Kinerja Karyawan (Y). Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan analisis regresi linier berganda menggunakan SPSS 25.0 for Windows. Penelitian ini menunjukkan bahwa (1) stres kerja berpengaruh negative dan signifikan terhadap kinerja karyawan, (2) beban kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja karyawan, (3) stres kerja dan beban kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan PT. Telkom Akses Singaraja.

kata kunci : *beban kerja , kinerja karyawan , stres kerja*

***ANALYSIS OF THE EFFECT OF JOB STRESS AND WORKLOAD
ON EMPLOYEE PERFORMANCE AT
PT. TELKOM AKSES SINGARAJA***

By

Ni Kadek Perayanti, NIM 2117041232

Management Study Program

Department of Management

Faculty of Economics

Universitas Pendidikan Ganesha

Email: nikadek@undiksha.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of job stress and workload on employee performance. The research design used in this study is a causal quantitative analysis. The subjects of this study are the employees of PT. Telkom Akses Singaraja, totaling 38 people, with a saturated sampling technique applied. The independent variables in this study are Job Stress (X_1) and Workload (X_2), while the dependent variable is Employee Performance (Y). Data were collected using questionnaires and analyzed using multiple linear regression with SPSS 25.0 for Windows. The results of this study indicate that: (1) job stress has a negative and significant effect on employee performance, (2) workload has a negative and significant effect on employee performance, and (3) job stress and workload simultaneously have a significant effect on the performance of employees at PT. Telkom Akses Singaraja.

Keywords: *Workload, Employee Performance, Job Stress*