

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA KARYAWAN PRODUKSI DI PT.X

ABSTRAK

Beban kerja dialami oleh setiap karyawan, tidak terkecuali pada karyawan produksi di PT.X. Pekerjaan yang tidak diimbangi dengan kuantitas dan kualitas Sumber Daya Manusia yang memadai dapat membuat karyawan rentan mengalami stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan produksi di PT.X. Responden dalam penelitian ini berjumlah 41 karyawan yang bekerja pada divisi produksi di PT.X. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan regresi. Penelitian ini menggunakan studi populasi, metode pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diberikan secara langsung pada karyawan produksi dengan menggunakan dua alat ukur yaitu NASA-TLX berdasarkan teori Hart dan Steveland dan skala stres kerja berdasarkan teori Robbins. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana. Berdasarkan hasil analisis data bahwa nilai R square 0,343, hal ini menunjukkan bahwa beban kerja memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada karyawan produksi di PT.X, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi beban kerja maka akan semakin tinggi stres kerja.

Kata Kunci: Beban Kerja, Stres Kerja, Karyawan Produksi

**THE EFFECT OF WORKLOAD ON WORK STRESS IN PRODUCTION
EMPLOYEES AT PT.X**

ABSTRACT

Workload is experienced by every employee, and production employees at PT.X are no exception. Work that is not balanced with the quantity and quality of adequate Human Resources can make employees vulnerable to work stress. This study aims to determine the effect of workload on work stress in production employees at PT.X. Respondents in this study amounted to 41 employees who worked in the production division at PT.X. The research method used is quantitative research with a regression approach. This research uses a population study, the data collection method uses a questionnaire given directly to production employees using two measuring instruments, namely NASA TLX to measure workload and work stress. The data analysis technique in this study uses simple regression analysis. Based on the results of data analysis that the R square value is 0.343, this shows that workload has an influence on work stress on production employees at PT.X, so it can be interpreted that the higher the workload, the higher the work stress.

Keywords: Workload, Work Stress, Production employee