

ABSTRAK

PENGARUH BEBAN KERJA, STRES KERJA DAN KEPUASAN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA KOPDIT SWASTI SARI CABANG KOTA KUPANG

Penelitian Ini Berjudul Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kopdit Swasti Sari Cabang Kupang Kota. Rumusan masalah yang akan di bahas dalam penelitian ini adalah Apakah beban kerja berpengaruh terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari cabang Kota Kupang, Apakah stres kerja berpengaruh terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari cabang Kota Kupang, Apakah kepuasan kerja berpengaruh terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari cabang Kota Kupang.

Penentuan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan Di Kopdit Swasti Cabang Kota Kupang yang berjumlah 70 orang. Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan sampel sebanyak 70 orang. Teknik pengumpulan data yang gunakan dalam penelitian ini untuk menggunakan kuesioner yang di sebarakan secara langsung. Sedangkan Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear berganda, Uji parsial (uji t), Uji Simultan (uji F), dan Koefisien determinasi (R^2).

Berdasarkan nilai indeks jawaban responden variabel Beban Kerja nilai indeks setiap indikator berkisar antara 83,57-85,85. Dengan demikian jumlah dari seluruh indeks yaitu 253,99% dan nilai rata-rata indeks 84,66% berada dalam kategori tinggi. Berdasarkan nilai indeks jawaban responden variabel stres Kerja nilai indeks setiap indikator berkisar antara 81,99-86,57.

Dengan demikian jumlah dari seluruh indeks yaitu 417,57 dan nilai rata-rata indeks 83,71 berada dalam kategori tinggi. Berdasarkan nilai indeks jawaban responden variabel kepuasan Kerja nilai indeks setiap indikator berkisar antara 85,42-86,42. Dengan demikian jumlah dari seluruh indeks yaitu 429,84 dan nilai rata-rata indeks 85,96 berada dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil persamaan regresi linear berganda $Y = 27.554 - 0,166X_1 - 0,402X_2 + 0,563X_3$ diketahui konstanta regresi sebesar 27.554. Nilai constantan sebesar 27.554 artinya menunjukkan bahwa jika variabel beban kerja, stres kerja dan kepuasan kerja sama dengan nol, maka kinerja karyawan pada kopdit swasti sari cabang kota kupang adalah 27.554. Koefisien regresi beban kerja, sebesar -0,166 artinya jika beban kerja mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka kinerja karyawan pada kopdit swasti sari cabang kota kupang akan mengalami penurunan sebesar -0,166. Koefisien regresi stres kerja sebesar -0,402 artinya jika stres kerja mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka kinerja karyawan pada kopdit swasti sari cabang kota kupang akan mengalami penurunan sebesar -0,402. Koefisien regresi kepuasan kerja sebesar 0,563 artinya jika kepuasan kerja mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka kinerja karyawan pada kopdit swasti sari cabang kota kupang akan meningkat sebesar 0,563.

Implementasi terapan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja dan stres kerja berpengaruh negatif terhadap kinerja karyawan, sedangkan kepuasan kerja berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan. Oleh karena itu, perusahaan perlu menerapkan strategi pengelolaan sumber daya manusia yang berfokus pada keseimbangan beban kerja, pengendalian stres kerja, dan peningkatan kepuasan

kerja. Perusahaan dapat melakukan evaluasi pembagian tugas agar sesuai dengan kemampuan dan kapasitas masing-masing karyawan, menyediakan lingkungan kerja yang nyaman dan kondusif, serta menyelenggarakan program manajemen stres, seperti konseling, pelatihan pengelolaan stres, dan kegiatan peningkatan kesejahteraan karyawan. Selain itu, perusahaan perlu meningkatkan kepuasan kerja melalui pemberian kompensasi yang adil, kesempatan pengembangan karier, penghargaan atas prestasi kerja, serta komunikasi yang terbuka antara pimpinan dan karyawan. Dengan menerapkan langkah-langkah tersebut secara konsisten, diharapkan beban kerja dan tingkat stres kerja dapat ditekan, kepuasan kerja meningkat, dan pada akhirnya mampu meningkatkan kinerja karyawan secara optimal serta mendukung pencapaian tujuan perusahaan.

Hasil penelitian membuktikan bahwa Beban kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari Cabang Kota Kupang. Stres kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari Cabang Kota Kupang. Kepuasan kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada Kopdit Swasti Sari Cabang Kota Kupang.

Kata kunci: beban kerja, stres kerja, kepuasan kinerja karyawan.

