

## ABSTRAK

**Mila Manjaatun (1158020186) – Pengaruh *Stress On The Job* dan *Stress Off The Job* Terhadap Kinerja Karyawan Studi Kasus Pada Karyawan PT. Tiki Jalur Nugraha Ekakurir Kantor Cabang Kawalayaan Bandung.**

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan adanya permasalahan mengenai penurunan kinerja karyawan karena ambiguitas peran, masalah fisik, dan masalah keluarga yang dialami karyawan PT. Tiki Jalur Nugraha Ekakurir Kantor Cabang Kawalayaan Bandung sehingga berdampak pada tingkat kinerja.

Tujuannya yaitu untuk mengetahui pengaruh variabel independen yakni *stress on the job* dan *stress off the job* berpengaruh terhadap variabel dependen yakni kinerja karyawan PT. Tiki Jalur Nugraha Ekakurir Kantor Cabang Kawalayaan Bandung.

Menggunakan teori dari Hani Handoko (2014) untuk variabel independen yakni *stress on the job* (X1) dengan indikator beban kerja, desakan waktu, kualitas supervisi, iklim politis, umpan balik, wewenang, ambiguitas peran, frustasi, konflik, dan bentuk perubahan lain. Dan *stress off the job* (X2) dengan indikator kekhawatiran finansial, masalah anak, masalah fisik, masalah perkawinan, dan perubahan pada tempat tinggal. Sedangkan untuk variabel dependen yakni kinerja karyawan (Y) menggunakan teori Mathis and Jacson (2002) dengan indikator kuantitas output, kualitas output, kehadiran, jangka waktu output, dan sikap kooperatif.

Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif asosiatif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan PT. Jalur Nugraha Ekakurir Kantor Cabang Kawalayaan Bandung yang berjumlah 142 orang. Teknik sampel yang digunakan adalah sampling jenuh. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Metode pengolahan data menggunakan analisis deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, uji korelasi, uji regresi linier berganda, uji t (uji parsial), uji F, dan uji koefisien determinasi ( $R^2$ ) dengan menggunakan alat statistik IBM SPSS versi 20.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa *stress on the job* berpengaruh signifikan dengan arah negatif terhadap kinerja karyawan sedangkan *stress off the job* tidak berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. *Stress on the job* dan *stress off the job* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan dengan hasil uji koefisien determinasi sebesar 23,4%. Jadi, besarnya pengaruh *stress on the job* dan *stress off the job* secara bersama-sama terhadap kinerja karyawan sebesar 23,4% dan sisanya yakni 76,6% dipengaruhi oleh variabel lain.

**Kata Kunci: *Stress On The Job*, *Stress Off The Job*, Kinerja Karyawan**