

ABSTRAK

Kartika Dewi Lestari : “ Pengaruh Beban Kerja, Stress Kerja dan *Self Efficacy* Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu “.

Masalah beban kerja, stress kerja dan *self efficacy* adalah masalah yang penting dalam menentukan kinerja seorang karyawan. Sebuah perusahaan memerlukan Sumber Daya Manusia yang berkualitas agar dapat mencapai tujuan perusahaan. Maka dari itu karyawan harus memiliki *self efficacy* yang tinggi agar terhindar dari kondisi stress kerja dan dapat mengatasi beban kerja yang ada dalam perusahaan. Penelitian ini dilakukan di PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu dengan judul “ Pengaruh Beban Kerja, Stress Kerja dan *Self Efficacy* Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu “.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu, Pengaruh Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu dan *Pengaruh Self Efficacy* Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu dengan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif.

Menurut Menpan (2010) Beban kerja ialah sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan dalam waktu tertentu. Beban kerja yang berlebih dan stress kerja adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kinerja seorang karyawan. Menurut Handoko (2010) stress yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungannya. Oleh karena itu karyawan harus terhindar dari kondisi tersebut dan karyawan diharapkan mampu memiliki *self efficacy*. Menurut Bandura (2009) *self efficacy* yaitu keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya dalam mengatur dan menampilkan suatu tindakan, dengan memiliki *self efficacy* yang tinggi karyawan akan terhindar dari kondisi stress dan perusahaan harus memberikan beban kerja yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki karyawan tersebut.

Sampel dari penelitian ini adalah karyawan bagian distribusi dan marketing di PT. Sumber Cipta Mutiniaga Indramayu yang berjumlah 68 orang. Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menyebarkan angket. Analisis data yang digunakan adalah uji validitas, uji reliabilitas, analisis regresi berganda, uji t (secara parsial) dan uji F (secara simultan).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pengaruh Beban Kerja, Stress Kerja dan *Self Efficacy* Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sumber Cipta Multiniaga Indramayu sebesar 27% sedangkan sisanya 73% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Selanjutnya berdasarkan uji t (secara parsial) pengaruh beban kerja terhadap kinerja karyawan sebesar -2,209 yang artinya berpengaruh negatif dan signifikan, untuk stress kerja sebesar 0,079 yang artinya berpengaruh positif tetapi tidak signifikan, sedangkan *self efficacy* 2,281 yang artinya berpengaruh positif dan sangat signifikan, dengan t tabel masing-masing sebesar 1,637. Berdasarkan uji F (secara simultan) bahwa Pengaruh Beban Kerja, Stress Kerja dan *Self Efficacy* sebesar 6,924 dengan f tabel 2,38 ini artinya bahwa Beban Kerja, Stress Kerja dan *Self Efficacy* berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan.

Kata Kunci : Beban kerja, Stress Kerja, *Self Efficacy*, Kinerja



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG