

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT BANK PEREKONOMIAN RAKYAT
PALEMBANG**



SKRIPSI

**Dibuat Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program
Studi Diploma IV Manajemen Bisnis
Pada Jurusan Administrasi Bisnis
Politeknik Negeri Sriwijaya**

OLEH:

**FATEH AHMAD JAWAZI
NPM 062140632800**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI SRIWIJAYA
JURUSAN ADMINISTRASI BISNIS
PROGRAM STUDI DIV MANAJEMEN BISNIS
2025**

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP STRES
KERJA PADA KARYAWAN PT BANK PEREKONOMIAN RAKYAT PALEMBANG**



SKRIPSI

**Dibuat untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi Diploma IV Manajemen Bisnis
Pada Jurusan Administrasi Bisnis
Politeknik Negeri Sriwijaya**

Oleh:

**Fateh Ahmad Jawazi
NPM 062140632800**

Menyetujui,

Palembang, 01 Agustus 2025

Pembimbing I,

**Dr. Hadi Jauhari, S.E., M.Si
NIP 197301312001121002**

Pembimbing II

**Andriansyah Bari S.IP.M.AB
NIP 199104052022031009**

Mengetahui,

Ketua Jurusan Administrasi Bisnis

**Dr. Sari Lestari Zainal Ridho, S.E., M.Ec., CHE
NIP 197705212006042001**

**Koordinator Program Studi DIV
Manajemen Bisnis**

**Ketu Purnamasari, S.E., M.Si
NIP 19890726201932015**

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Fateh Ahmad Jawazi
NPM : 062140632800
Jurusan/Program Studi : Administrasi Bisnis/DIV Manajemen Bisnis
Mata Kuliah : Skripsi
Judul Skripsi : Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja
Terhadap Stres Kerja pada Karyawan PT Bank
Perekonomian Rakyat Palembang

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi DIV Manajemen Bisnis, Jurusan Administrasi Bisnis
dan dinyatakan LULUS

Pada Hari : Jumat
Tanggal : 01 Agustus 2025

TIM PENGUJI

<u>No.</u>	<u>Nama</u>	<u>Tanda Tangan</u>	<u>Tanggal</u>
1.	Dr. Hadi Jauhari, S.E.,M.Si Ketua Penguji		28/07/2025
2.	M. Yusuf, S.E.,M.Si.,Ph.D Anggota Penguji		30/07/2025
3.	Afrizawati, S.E.,M.Si Anggota Penguji		24/7/2025
4.	Dwi Riana, S.E.,M.AB Anggota Penguji		29/7/2025

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

***“Hidup bukan tentang siapa yang tercepat, tapi siapa yang paling konsisten
untuk melangkah kedepan”***

Kupersembahkan kepada :

- **Kedua Orang Tua Tersayang**
- **Kakak dan Adik**
- **Sahabat-sahabat tercinta**
- **Selurun teman-teman kelas**
8 MBM
- **Almamater**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fateh Ahmad Jawazi
NPM : 062140632800
Jurusan/Program Studi : Admisnistrasi Bisnis/D IV Manajemen Bisnis
Mata Kuliah : Skripsi
Judul Skripsi : Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja
Terhadap Stres Kerja pada Karyawan Bank
Perekonomian Rakyat Palembang

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat dengan judul sebagaimana tersebut di atas beserta isinya merupakan hasil penelitian saya sendiri.
2. Skripsi ini bukanlah plagiat/salinan skripsi milik orang lain.
3. Apabila skripsi saya plagiat.menyalin skripsi milik orang lain maka saya sanggup menerima sanksi berupa pembatalan skripsi beserta konsekuensinya.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk diketahui oleh pihak-pihak yang berkepentingan

Palembang,

Yang membuat pernyataan,



Fateh Ahmad Jawazi

NPM 062140632800

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kehadirat Allah SWT atas Rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja pada Karyawan Bank Perekonomian Rakyat Palembang” yaitu sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan pada program Sarjana Terapan pada Program Studi Diploma IV Manajemen Bisnis, Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya.

Penelitian ini untuk meneliti apakah ada pengaruh antara beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja pada karyawan Bank Perekonomian Rakyat Palembang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi manajemen Bank Perekonomian Rakyat terkait stres kerja pada karyawannya.

Penulis juga sangat berterima kasih karena skripsi ini dapat diselesaikan berkat adanya arahan yang diberikan oleh berbagai pihak terutama dosen pembimbing I dan II.

Penulis berharap semoga skripsi ini bisa memberikan manfaat dan berguna untuk penelitian-penelitian sejenis lainnya terkait pada stres kerja.

Palembang,
Penulis

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja pada karyawan Bank Perekonomian Rakyat Palembang baik secara parsial maupun simultan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner kepada 56 orang karyawan menggunakan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja. Lingkungan kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja. Sementara itu, beban kerja dan lingkungan kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres kerja. Hasil uji koefisien determinasi (Adjusted R Square) sebesar 37,7% menunjukkan bahwa stres kerja karyawan dipengaruhi oleh beban kerja dan lingkungan kerja, sedangkan sisanya 62,3% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil penelitian, disarankan kepada manajemen untuk mengelola beban kerja secara proporsional serta menciptakan lingkungan kerja yang kondusif agar dapat mengurangi tingkat stres kerja karyawan.

Kata Kunci: Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Stres Kerja, Bank Perekonomian Rakyat

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of workload and work environment on job stress among employees of Bank Perekonomian Rakyat Palembang, both partially and simultaneously. A quantitative approach was employed, with data collected through questionnaires distributed to 56 employees using a total sampling technique. The results showed that workload has a positive and significant effect on job stress, indicating that higher workload levels lead to increased job stress. On the other hand, the work environment has a negative and significant effect on job stress, meaning that a better work environment contributes to lower levels of stress. Simultaneously, both variables significantly influence job stress. An Adjusted R Square value of 37.7% indicates that workload and work environment collectively explain 37.7% of the variance in employee job stress, while the remaining 62.3% is influenced by other factors not examined in this study. Based on these findings, it is recommended that management allocate workload more proportionally and create a supportive and conducive work environment to help reduce employee job stress levels.

Keywords: Workload, Work Environment, Job Stress, Bank Perekonomian Rakyat

DAFTAR ISI

	Halaman:
HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
SURAT PENYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Ruang Lingkup Pembahasan	4
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Tujuan Penelitian	5
1.4.2. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Pengertian Beban Kerja.....	6
2.1.1.1 Dimensi Beban Kerja.....	7
2.1.1.2 Jenis-Jenis Beban Kerja	8
2.1.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi	8
Beban Kerja.....	
2.1.1.4 Hubungan Beban Kerja Terhadap	10
Lingkungan Kerja	
2.1.1.5 Perhitungan Beban Kerja Permen PAN & RB....	11
No. 1 Tahun 2020	
2.1.2 Pengertian Lingkungan Kerja.....	11
2.1.2.1 Dimensi Lingkungan Kerja.....	12
2.1.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi.....	13
Lingkungan kerja	
2.1.3 Pengertian Stres Kerja.....	15
2.1.3.1 Dimensi Stres Kerja	16
2.1.3.2 Gejala-Gejala Stres	17
2.1.3.3 Faktor-Faktor yang Menyebabkan	
Stres Kerja	17
2.2 Penelitian Terdahulu	19

2.3 Kerangka Pemikiran	25
2.4 Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Ruang Lingkup Penelitian	27
3.2 Rancangan Penelitian	27
3.3 Jenis Data dan Sumber Data	27
3.3.1 Jenis Data	27
3.3.2 Sumber Data.....	28
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.5 Populasi dan Sampel	29
3.5.1 Populasi	29
3.5.2 Sampel.....	29
3.6 Teknik Analisis.....	30
3.6.1 Uji Instrumen Penelitian	30
3.6.2 Uji Asumsi Klasik	31
3.6.3 Analisis Regresi Linier Berganda.....	31
3.7 Definisi Operasional Variabel	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Hasil Penelitian	36
4.1.1 Perhitungan Beban Kerja menurut.....	36
Permenpan RB	
4.1.2 Hasil Uji Instrumen	37
4.1.2.1 Uji Validitas	37
4.1.2.2 Uji Reliabilitas	39
4.1.3 Hasil Uji Asumsi Klasik	40
4.1.3.1 Uji Normalitas Data	40
4.1.3.2 Uji Multikolinearitas	41
4.1.3.3 Uji Heteroskedastisitas	42
4.1.4 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda	42
4.2 Pembahasan	46
4.2.1 Hasil Perhitungan Beban Kerja	46
4.2.2 Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja	46
4.2.3 Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja....	48
4.2.4 Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja.....	49
Terhadap stres kerja	
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman :
Gambar 2.1 Kerangka Pikir	25
Gambar 4.1 Uji Histogram.....	40
Gambar 4.2 Uji P-plot	40
Gambar 4.3 Uji Heteroskedastisitas	42

DAFTAR TABEL

	Halaman :
Tabel 1.1 Sampel Data Pegawai	3
Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	19
Tabel 3.1 Instrumen Skala Likert.....	28
Tabel 3.2 Definisi Operasional Variabel	34
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Beban Kerja	38
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Lingkungan Kerja.....	38
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Stres Kerja.....	39
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas	39
Tabel 4.5 Uji Multikolinearitas <i>Coefficients</i>	41
Tabel 4.6 Persamaan Regresi	42
Tabel 4.7 Tabel Uji T	44
Tabel 4.8 Tabel Uji F.....	45
Tabel 4.9 Tabel Koefisien Determinasi.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 2	Surat Balasan Dari Perusahaan
Lampiran 3	Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing 1
Lampiran 4	Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing 2
Lampiran 5	Lembar Kunjungan Ke Instansi
Lampiran 6	Pertanyaan Kuesioner
Lampiran 7	Data Tabulasi
Lampiran 8	Rekomendasi Ujian Skripsi
Lampiran 9	Lembar Persetujuan Revisi
Lampiran 10	Lembar Revisi Skripsi
Lampiran 11	Hasil Uji SPSS