

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh kualitas kehidupan kerja dan stres kerja terhadap kinerja karyawan serta besarnya pengaruh kualitas kehidupan kerja dan pengelolaan stres kerja secara simultan dan parsial terhadap kinerja karyawan pada PT Telkom Witel Sumut.

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif dan asosiatif kausal. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* dengan jenis *sampling purposive*, dengan jumlah responden 42 orang. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis regresi linear berganda.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel Kualitas Kehidupan Kerja (X_1) dan Kinerja Karyawan (Y) mempunyai hasil dalam kategori baik, sedangkan variabel Pengelolaan Stres Kerja (X_2) memiliki hasil dalam kategori tidak baik. Besarnya pengaruh kualitas kehidupan kerja dan pengelolaan stres kerja bersama – sama sebesar 40,1% terhadap kinerja karyawan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Secara parsial variabel kualitas kehidupan kerja dan pengelolaan stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan.

Kata Kunci: Kualitas Kehidupan Kerja, Pengelolaan Stres Kerja, Kinerja Karyawan