

ABSTRAK

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana tingkat beban kerja karyawan, bagaimana stres kerja karyawan dan besarnya pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan di PT XYZ Kabupaten Bandung.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif-kausal. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode non-probability sampling dengan teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian adalah *convenience sampling* dengan jumlah responden sebanyak 96 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis regresi linear sederhana.

Hasil menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh signifikan terhadap stress kerja karyawan PT. Sipatex Putri Lestari Kabupaten Bandung. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji hipotesis (uji t) dimana $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ($11,370 > t_{\text{tabel}}(1,986)$) atau $p\text{-value}$ ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak. Hal ini berarti beban kerja berpengaruh signifikan terhadap stres kerja karyawan di PT XYZ Kabupaten Bandung.

Kata Kunci : Beban Kerja, Stres Kerja, Sumber Daya Manusia