
**PENGARUH STRES KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP PRESTASI KERJA PEGAWAI
PADA PT. BANK TABUNGAN NEGARA (PERSERO) TBK, CABANG MANADO**

Oleh:
Nazhifah A. Bachmid¹
Imelda Ogi²
Jacky Sumarauw³

^{1,2,3} *Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Sam Ratulangi Manado*

Email : ¹ bachmidnazifa@gmail.com
² ogi_imelda@yahoo.com
³ jq_sbs@yahoo.com

ABSTRAK : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap prestasi kerja pegawai. Penelitian ini dilaksanakan pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado. Jumlah sampel yang diambil berjumlah 58 orang yang berasal dari PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian asosiatif. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Alat uji yang digunakan untuk menguji instrumen dalam penelitian ini adalah uji validitas, uji reliabilitas. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji F dan uji t. Sedangkan untuk menganalisis data digunakan regresi linier berganda (*Multi Regression Test*). Perhitungan statistik dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS 21. Dari hasil penelitian, dapat diketahui variabel stres kerja (X_1) dan beban kerja (X_2) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y). Hal ini berdasarkan hasil perhitungan analisa regresi berganda dengan tingkat signifikansi $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Secara parsial variabel stres kerja (X_1) berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y) dengan tingkat signifikansi $p\text{-value} 0,000 < 0,05$. Variabel beban kerja (X_2) secara parsial berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y) dilihat dari tingkat signifikansi $p\text{-value} 0,003 < 0,05$.

Kata kunci: stres kerja, beban kerja, prestasi kerja

ABSTRACT: The purpose of this study is to determine the effect of work stress and workload on employee performance. This research was conducted at PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Branch Manado. The number of samples taken 58 people from PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Branch Manado. The type of data used in this study is associative research. The data used are primary and secondary data. The test instrument used in this study is the test of validity, reliability test. Hypothesis test used is F test and t test. While to analyze data used multiple linear regression (*Multi Regression Test*). The statistical calculation is done by using SPSS 21 computer program. The result showed that job stress variable (X_1) and workload (X_2) simultaneously had a significant effect on employee performance (Y). This is based on the calculation of multiple regression analysis with significance level $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Partially work stress variable (X_1) had a significant effect on employee performance (Y) with $p\text{-value}$ significance level $0,000 < 0,05$. Variable workload (X_2) partially significant effect on employee performance (Y) seen from the level of significance $p\text{-value} 0,003 < 0,05$.

Keywords : work stress, workload, employee performance

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Sumber daya manusia merupakan salah satu bagian penggerak dari keberhasilan suatu perusahaan. Sumber daya manusia yang berkualitas dan terampil mampu menjadi aset penting dalam suatu perusahaan, meskipun tanpa dipungkiri bahwa aset non manusia seperti sumber daya alam, dan kecanggihan teknologi pendukung yang ada dalam suatu perusahaan juga mempunyai peranan yang penting.

Keberhasilan suatu perusahaan tidak mungkin terwujud tanpa adanya peran aktif pegawai meskipun alat-alat yang dimiliki suatu perusahaan canggih sekalipun. Oleh karena itu, keberhasilan suatu perusahaan tidak hanya bergantung dengan teknologi pendukung yang dimiliki perusahaan melainkan juga tergantung pada aspek sumber daya manusia yang ada didalamnya. Sehingga suatu perusahaan membutuhkan sumber daya manusia yang potensial, terampil dan berkualitas. Semua kegiatan perusahaan akan melibatkan tindakan sumber daya manusia yang ada didalamnya, baik pemimpin maupun pegawainya dapat memberikan kontribusi yang baik dan mampu melaksanakan tugas dengan optimal untuk mencapai keberhasilan perusahaan. Sumber daya manusia yang ada dalam suatu perusahaan mampu menjadi perencana, pelaku, dan penentu dalam terwujudnya suatu keberhasilan.

Dalam pekerjaan tuntutan profesionalitas yang semakin tinggi mampu menimbulkan banyak tekanan yang harus dihadapi pegawai. Tekanan dari pimpinan, rekan kerja dan tugas yang terlalu banyak tentunya akan berpotensi menimbulkan stres kerja. Stres kerja merupakan kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Bila stres yang dialami pegawai terlalu besar maka prestasi cenderung akan menurun karena stres mengganggu pelaksanaan pekerjaan.

PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado yang merupakan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) atau perusahaan perseroan yang berbentuk perseroan terbatas, yang seluruhnya atau sebagian besar modalnya dimiliki oleh negara yang ditunjuk pemerintah sebagai satu-satunya institusi yang menyalurkan KPR bagi golongan masyarakat menengah kebawah.

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, cabang Manado.
2. Untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, cabang Manado.
3. Untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, cabang Manado.

TINJAUAN PUSTAKA

Stres Kerja

Stres kerja menurut Hasibuan (2009:204) adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang. Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan kerja. Sebagai hasilnya, pada diri para pegawai berkembang berbagai macam gejala stres yang dapat mengganggu pelaksanaan kerja mereka sehingga Prestasi kerja pegawai pun akan menurun.

Beban Kerja

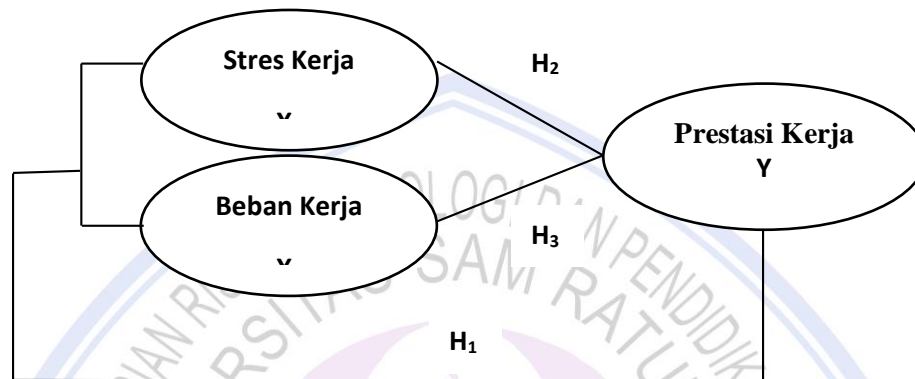
Beban kerja adalah besaran pekerjaan yang harus dipikul oleh suatu jabatan atau unit kerja organisasi dan merupakan hasil kali antara volume kerja dan norma waktu (Soleman 2011). Dimensi beban kerja menurut Menpan (2010:3) menggunakan indikator-indikator antara lain, waktu kerja, jumlah pekerjaan, faktor internal tubuh dan faktor eksternal tubuh.

Prestasi Kerja

Mangkunegara (2009 : 153) mendefinisikan Prestasi kerja pegawai sebagai hasil kerja secara kualitas dan kuantitas yang dicapai oleh seorang pegawai dalam melaksanakan tugasnya sesuai dengan tanggung jawab yang diberikan kepadanya. Hasibuan (2008 : 94) mendefinisikan bahwa Prestasi kerja pegawai adalah hasil kerja yang dicapai seseorang dalam melaksanakan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya yang didasarkan atas kecakapan, pengalaman, kesungguhan serta waktu.

Penelitian Terdahulu

Roring *et al* (2014), dalam penelitian berjudul : Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Pengaruhnya terhadap Prestasi Pegawai pada Biro Umum Setda Provinsi Sulawesi Utara. Penelitian ini menunjukkan hasil adanya pengaruh stres kerja dan lingkungan kerja yang positif dan signifikan terhadap prestasi pegawai pada biro umum setda provinsi sulawesi utara. Karim (2013), dalam penelitian berjudul : Stres Kerja Pengaruhnya terhadap Prestasi Kerja pada Karyawan Cafe Bambu Ekspres Manado. Penelitian ini menunjukkan hasil yang positif dan signifikan adanya pengaruh stres kerja terhadap prestasi kerja karyawan cafe bambu ekspres manado. Astianto dan Supriyadi (2014), dalam penelitian berjudul : Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya. Penelitian ini menunjukkan hasil yang secara simultan adanya pengaruh yang signifikan pada stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Hipotesis

Berdasarkan pada rumusan masalah serta landasan teori yang telah diuraikan sebelumnya, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H₁ : Stres kerja dan beban kerja diduga berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.
- H₂ : Stres kerja diduga berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.
- H₃ : Beban kerja diduga berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian asosiatif. Penelitian asosiatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh ataupun juga hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono 2012 : 112). Oleh karena itu penelitian ini ingin mengkaji pengaruh atau hubungan antara stres kerja dan beban kerja terhadap Prestasi kerja pegawai pegawai.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado yang berlokasi di Jl. Wolter Monginsidi No. 56 Manado 95115. Lama waktu penelitian ini yaitu 4 bulan dari bulan April – Juni 2017.

Populasi dan Sampel

Dalam penelitian ini populasi yang digunakan peneliti sebagai objek penelitian adalah pegawai tetap yang bekerja di PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado dengan jumlah 58 pegawai.

Sampel adalah bagian dari populasi dengan jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono 2012 : 116). Sampel dalam penelitian ini merupakan sampel jenuh (sensus), karena jumlah dari populasi relatif kecil atau penelitian yang ini membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Jumlah keseluruhan sampel yaitu 58 orang.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik :

1. Wawancara, yaitu data yang diperoleh dengan mengadakan wawancara langsung dengan responden
2. Kuesioner, yaitu teknik pengumpulan data dengan memberikan daftar pertanyaan yang telah disiapkan kemudian dibagikan kepada responden untuk diisi
3. Observasi, yaitu teknik pengumpulan data penelitian dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung pada objek penelitian.

Metode Analisis

Metode analisis yang digunakan dalam pengolahan data ini adalah analisis regresi linear berganda. Regresi berganda adalah metode analisis yang tepat ketika penelitian melibatkan satu variabel terikat yang diperkirakan berhubungan dengan satu atau lebih variabel bebas (Nugroho, 2011 : 92). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah stres kerja (X_1) dan beban kerja (X_2) sedangkan untuk variabel terikat adalah prestasi kerja (Y).

Analisis Regresi Berganda

Untuk menguji linier berganda di uji menggunakan program SPSS versi 21. Model analisis regresi linier berganda yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah sebagai berikut:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \epsilon_t$$

Keterangan:

β_0 = Konstanta

β_1 = Koefisien regresi untuk x_1

β_2 = Koefisien regresi untuk x_2

ϵ = Standar error

Y = Prestasi kerja

X_1 = Stres kerja

X_2 = Beban kerja

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur banyak atau tidaknya satu kuesioner. Satu kuesioner dinyatakan valid jika pernyataan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut (Priyanto, 2011:42). Hasil uji validitas dijabarkan dalam tabel 2 berikut :

Tabel 2. Hasil Uji Validitas

Variabel	Pernyataan	Sig	Status
Stres Kerja (X_1)	$X_{1,1}$	0,000	Valid
	$X_{1,2}$	0,000	Valid
	$X_{1,3}$	0,000	Valid
	$X_{1,4}$	0,001	Valid
	$X_{1,5}$	0,003	Valid
Beban Kerja (X_2)	$X_{2,1}$	0,000	Valid
	$X_{2,2}$	0,000	Valid
	$X_{2,3}$	0,000	Valid
	$X_{2,4}$	0,000	Valid

	Y _{1.1}	0,000	Valid
	Y _{1.2}	0,000	Valid
Prestasi Kerja (Y)	Y _{1.3}	0,004	Valid
	Y _{1.4}	0,000	Valid
	Y _{1.5}	0,000	Valid

Sumber: Olah data SPSS 21, 2017

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai signifikan untuk setiap pernyataan adalah < alpha yaitu 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa setiap pernyataan dikatakan valid.

Uji Reliabilitas

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas (Nilai Cronbach Alpha tiap Variabel)

Variabel	Cronbach Alpha	Status
Stres Kerja (X ₁)	0,729	Reliabel
Beban Kerja(X ₂)	0,696	Reliabel
Prestasi Kerja(Y)	0,794	Reliabel

Sumber: Olah data SPSS 21, 2017

Pada tabel 3 dapat diketahui nilai Reliabilitas (*Alpha Cronbach*) tiap variabel. Untuk variabel stres kerja (X₁) nilai *alpha cronbach* sebesar 0,729 untuk variabel beban kerja (X₂) sebesar 0,696 dan prestasi kerja (Y) sebesar 0,794. Karena nilai dari setiap pernyataan pada variabel stres kerja, beban kerja dan prestasi kerja nilai *Alpha Cronbach* > 0,6 sehingga dinyatakan Reliabel. Hal ini sejalan dengan pendapat Ghozali (2001), bahwa pernyataan dinyatakan reliabel jika nilai *cronbach alpha* > 0,6. Jadi dapat dikatakan seluruh pernyataan dalam kuesioner adalah reliabel (dapat diandalkan).

Uji Asumsi Klasik

Uji Multikolinieritas

Tabel 4. Uji Multikolinieritas

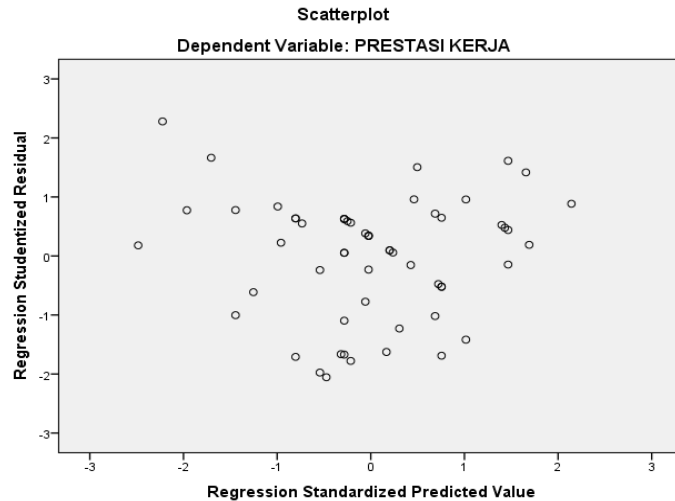
Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
(Constant)	1,360	2,197		,619	,538		
1 STRES KERJA	,487	,118	,468	4,111	,000	,623	1,606
BEBAN KERJA	,523	,166	,360	3,156	,003	,623	1,606

a. Dependent Variable: PRESTASI KERJA

Sumber: Olahan data SPSS 21, 2017

Berdasarkan hasil pada tabel 4 dapat dilihat pada output *coefficient* model, dikatakan tidak terjadi gejala multikolinieritas jika nilai VIF < 10. Hasil perhitungan menghasilkan nilai VIF untuk stres kerja (X₁), beban kerja (X₂) dibawah angka 10 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas dalam model regresi tersebut.

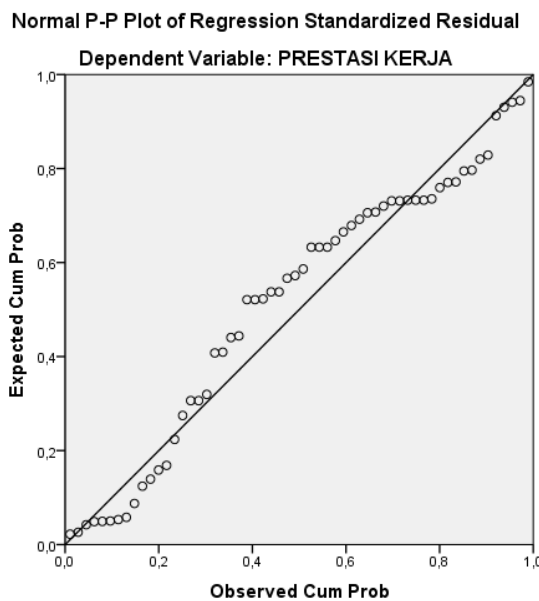
Uji Heteroskedastisitas



Gambar 1. Grafik Uji Heteroskedastisitas
 Sumber: Olahan data SPSS 21, 2017

Pada gambar 1 grafik Scatterplot yang ditampilkan untuk uji heteroskedastisitas menampakkan titik-titik yang menyebar secara acak dan tidak ada pola yang jelas terbentuk serta dalam penyebaran titik-titik tersebut menyebar dibawah dan diatas angka 0 pada sumbu Y. Hal tersebut mengidentifikasi tidak terjadinya gejala heteroskedastisitas pada model regresi, sehingga model regresi layak dipakai untuk memprediksi variabel prestasi kerja (Y).

Uji Normalitas



Gambar 2. Grafik Uji Normalitas
 Sumber: Olahan data SPSS 21, 2017

Pada gambar 2 menunjukkan bahwa grafik uji normalitas menggambarkan penyebaran data di sekitar garis diagonal dan penyebaran mengikuti arah garis diagonal tersebut, maka model regresi yang digunakan dalam penelitian ini memenuhi asumsi normalitas.

Analisis Korelasi Berganda (R)**Tabel 5. Koefisien Korelasi Berganda (R) dan koefisien Determinasi (R²)**

Model	R	R Square	Model Summary ^b		
			Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,745 ^a	,556	,539	1,749	1,966

a. Predictors: (Constant), BEBAN KERJA, STRES KERJA

b. Dependent Variable: PRESTASI KERJA

Sumber: Olahan data SPSS 21, 2017

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan program *SPSS 21* seperti yang ada pada tabel 5 diatas maka dapat dilihat nilai (R) yang dihasilkan adalah sebesar 0,745 artinya hubungan antara stres kerja dan beban kerja dengan prestasi kerja mempunyai hubungan yang kuat.

Koefisien Determinasi (R²)

Berdasarkan hasil tabel 5 Nilai R Square adalah 0,556 atau 55,6% artinya pengaruh semua variabel bebas stres kerja (X₁) dan beban kerja (X₂) terhadap variabel independen prestasi kerja sebesar 55,6% dan sisanya sebesar 44,4% di pengaruhi oleh variabel lain. Dengan demikian variabel independen meliputi stres kerja (X₁) dan beban kerja (X₂) memiliki hubungan yang kuat terhadap prestasi kerja pegawai.

Analisis Regresi Linier Berganda

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan program *SPSS 21* seperti pada tabel 4 maka di dapatkan persamaan regresi linier berganda sebagai berikut:

$$Y = 1,360 + 0,487X_1 + 0,523X_2$$

Model regresi $Y = 1,360 + 0,487X_1 + 0,523X_2$ menggambarkan bahwa variabel bebas (independen) penempatan (X₁) dan beban kerja (X₂) dalam model regresi tersebut dapat dinyatakan jika satu variabel independen berubah sebesar 1 (satu) dan lainnya konstan, maka perubahan variabel terikat (dependen) prestasi kerja (Y) adalah sebesar nilai koefisien (β) dari nilai variabel independen tersebut.

Hasil tersebut mengandung arti :

1. Konstanta (β) sebesar 1,360 memberikan pengertian jika stres kerja (X₁) dan beban kerja (X₂) secara serempak atau bersama-sama tidak mengalami perubahan atau sama dengan nol (0) maka besarnya prestasi kerja (Y) sebesar 1,360 satuan.
2. Jika nilai β₁ yang merupakan koefisien korelasi dari stres kerja (X₁) sebesar 0,487 yang artinya mempunyai pengaruh positif terhadap variabel dependen (Y) mempunyai arti bahwa jika variabel stres kerja (X₁) bertambah 1 satuan, maka prestasi kerja (Y) juga akan mengalami kenaikan sebesar 0,487 satuan dengan asumsi variabel lain tetap atau konstan.
3. Jika β₂ yang merupakan koefisien korelasi dari beban kerja (X₂) sebesar 0,523 yang artinya mempunyai pengaruh positif terhadap variabel dependen (Y) mempunyai arti bahwa jika variabel beban kerja (X₂) bertambah 1 satuan, maka prestasi kerja (Y) juga akan mengalami kenaikan sebesar 0,523 satuan dengan asumsi variabel lain tetap atau konstan.

Uji F (Secara Simultan)

Pada tabel dibawah ini dapat dilihat uji F untuk menguji semua variabel bebas pengaruh stres kerja (X₁) dan beban kerja (X₂), yang akan mempengaruhi variabel prestasi kerja (Y).

Tabel 6. Uji F (Secara Simultan)

Model	ANOVA ^a				
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	210,185	2	105,092	34,372	,000 ^b
Residual	168,160	55	3,057		
Total	378,345	57			

a. Dependent Variable: PRESTASI KERJA

b. Predictors: (Constant), BEBAN KERJA, STRES KERJA

Sumber: Olahan data SPSS 21, 2017

Hasil analisis regresi menggunakan SPSS 21 didapatkan dengan tingkat signifikan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak atau H_a diterima yang berarti bahwa stres kerja (X_1), dan beban kerja (X_2) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y). Dengan demikian stres kerja dan beban kerja berpengaruh secara signifikan pada pegawai PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.

Uji t (Secara Parsial)

Uji t digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen dalam model regresi yang sudah dihasilkan. Maka digunakan uji t untuk menguji masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

Dari hasil uji t pada tabel 4.6 diatas dapat dilihat bahwa stres kerja (X_1) signifikansi $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan menolakan H_0 atau stres kerja (X_1) berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y).

Dari hasil uji t dilihat bahwa beban kerja (X_2) signifikansi $p\text{-value} = 0,003 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan menolakan H_0 atau beban kerja (X_2) berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja (Y).

Pembahasan

Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Prestasi kerja pegawai

Berdasarkan hasil uji statistik uji F yang telah dilakukan oleh peneliti dapat dijelaskan bahwa stres kerja dan beban kerja berpengaruh secara bersama-sama terhadap prestasi kerja pegawai dengan nilai koefisien yang signifikan.

Pengaruh model penelitian dari variabel stres kerja dan beban kerja terhadap prestasi kerja pegawai berdasarkan uji korelasi sebesar 74,5%. Sedangkan berdasarkan uji determinasi adalah sebesar 55,6%, dan 44,4% dipengaruhi oleh variabel lainnya diluar penelitian ini.

Pengaruh Stres Kerja terhadap Prestasi Kerja Pegawai

Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan atau tekanan emosional yang dialami seseorang yang sedang menghadapi tuntutan yang sangat besar, hambatan-hambatan dan adanya kesempatan yang sangat penting yang dapat mempengaruhi emosi, pikiran dan kondisi fisik seseorang (Hariandja 2002:303).

Stres kerja umumnya adalah suatu tanggapan seseorang atas kondisi yang terjadi, biasanya berupa kelebihan tuntutan atau kemampuan individu dalam memenuhi tuntutan terutama aktivitas pekerjaan yang dilakukan. Kondisi seseorang yang dihadapkan pada tuntutan pekerjaan yang melampaui kemampuan pegawai akan memacu pegawai tersebut mengalami stres.

Stres yang terlalu tinggi berakibat negatif bagi perusahaan dan juga prestasi kerja pegawai. Hampir setiap kondisi pekerjaan menyebabkan stres, tergantung pada reaksi pegawai. Stres yang terlalu besar bisa mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan kerjanya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja pegawai PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado, karena tingkat signifikan lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,000. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh (Astianto,2014) yang menyatakan bahwa stres kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap prestasi kerja, dan penelitian yang dilakukan oleh (Nurlia

Karim, 2013) yang menyatakan bahwa stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap prestasi kerja pegawai. Dengan demikian hasil penelitian yang dilakukan penulis, memperkuat temuan penelitian sebelumnya.

Pengaruh Beban Kerja terhadap Prestasi Kerja Pegawai

Beban kerja adalah frekuensi kegiatan rata-rata dari masing-masing pekerjaan dalam waktu tertentu (Irwandi, 2007:63). Pegawai seringkali dihadapkan pada keharusan untuk menyelesaikan dua atau lebih tugas yang harus dikerjakan secara bersamaan. Tugas-tugas tersebut tentunya membutuhkan waktu, tenaga, dan sumber daya lain untuk penyelesaiannya. Adanya beban dengan penyediaan sumber daya yang sering kali terbatas tentunya akan menyebabkan prestasi kerja menurun.

Pemberian beban kerja menjadi tugas dan kebijakan yang dilakukan oleh suatu perusahaan, tugas atau tanggung jawab yang akan diberikan pada setiap pegawai hendaknya sesuai dengan bidang dan kemampuannya. Dimana pemberian beban kerja yang sesuai dengan kemampuan para pegawai tentunya akan menjadikan pegawai senang dalam bekerja dan akhirnya mendorong tercapainya prestasi kerja.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh signifikan terhadap prestasi kerja pegawai PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado, karena tingkat signifikan lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,003. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh (Christy Paat, 2016) yang menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap prestasi kerja, dan penelitian yang dilakukan oleh (Anggit Astianto 2014) yang menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap kinerja pegawai. Dengan demikian hasil penelitian yang dilakukan penulis, memperkuat temuan penelitian sebelumnya.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Stres Kerja dan Beban Kerja secara simultan berpengaruh terhadap Prestasi Kerja pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.
2. Stres Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Kerja Pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.
3. Beban Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Prestasi Kerja Pegawai pada PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka penulis memberi saran sebagai berikut:

1. Mengingat stres kerja dan beban kerja memiliki pengaruh yang positif yang signifikan serta memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap prestasi kerja pegawai, maka pihak PT. Bank Tabungan Negara (Persero) Tbk, Cabang Manado, harus memperhatikan pemberian jumlah pekerjaan sehingga akan meningkatkan prestasi kerja pegawai.
2. Dalam penelitian ini yang diteliti hanya terbatas pada Stres kerja dan Beban Kerja terhadap Prestasi Kerja. Sedangkan faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap prestasi kerja yang belum diungkap berapa besar pengaruhnya, semoga ada penelitian selanjutnya dapat membahas faktor-faktor lain yang belum diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astianto, A., dan H. Supriyadi. 2014. Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya. *Jurnal Ilmu Ekonomi & Riset Manajemen*. **3 (7)**: 2-17
- Ghozali, I. 2001. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Semarang

- Hariandja, M.T.E. 2002. *Manajemen Sumber Daya Manusi*. Grasindo, Jakarta
- Hasibuan, M.S.P. 2008. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi Aksara, Jakarta
- Hasibuan, M.S.P. 2009. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi Aksara, Jakarta
- Karim, N. 2013. Stres Kerja Pengaruhnya terhadap Prestasi kerja pegawai pada Karyawan Bambu Express Manado. *Jurnal EMBA*. **1 (4)**: 513-522
- Mangkunegara, A.P. 2009. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT. Remaja Rosda Karya, Bandung
- Menpan. 2010. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi Aksara, Jakarta
- Nasution, M. 2000. *Manajemen Personalialia*. Djambatan, Jakarta
- Paat, C. S. G., D. P. E. Saerang, dan I. D. Palandeng. 2016. Pengaruh Penempatan dan Beban Kerja terhadap Prestasi Kerja Pegawai pada Dinas Pemuda dan Olahraga (DISPORA) Manado. *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*. **16 (4)**: 752-762
- Roring, M., A. Supandi dan L. Dotulong. 2014. Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Pengaruhnya terhadap Prestasi Pegawai pada Biro Umum Setda Provinsi Sulawesi Utara. *Jurnal EMBA*. **2 (3)**: 1359-1368
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Bisnis*. Pusat Bahasa Depdiknas, Bandung

