

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN**

(Studi Kasus di CV. Putra karisma Kencana)

SKRIPSI

Disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana pada

Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Universitas Sali Al-Aitaam



Diajukan oleh:

Wanda Nur Oktapiani

NIM: 2261201126

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS SALI AL-AITAAM
BANDUNG**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN**

(Studi Kasus di CV. Putra karisma Kencana)

Diajukan oleh :

Wanda Nur Oktapiani

2261201126

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



(Rizka Noristaman, S.E., M.M)

NIDN: 0422118605

Tanggal

10 Juli 2026

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN**

(Studi Kasus di CV. Putra karisma Kencana)

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Wanda Nur Oktapiani

NIM: 2261201126

Telah disidangkan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 14 Juli 2026

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Prodi

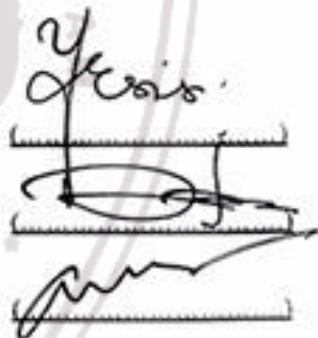
Yesi Suhartini, S.E., M.M.
NIDN: 042707870

Penguji 1

Deasy Sandya, S.E., M.M.
NIDN: 0411128005

Penguji 2

Andri Asmari, S.E., M.M.
NIDN: 0408087911



Bandung, 14 Juli 2026

Dekan Fakultas Ekonomis dan Bisnis

Universitas Sali Al-Aitaam



Dr. Yusnani, S.E., M.M.

NIDN.0417087201

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen, pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Sali Al-Aitaam Adalah benar merupakan hasil karya penulis sendiri. Adapun pengutipan-pengutipan yang penulis lakukan pada bagian-bagian tertentu dari hasil karya orang lain dalam penulisan skripsi ini, telah penulis cantumkan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah. Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau Sebagian skripsi ini bukan hasil karya penulis sendiri atau adanya plagiat dalam bagian tertentu, penulis bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Bandung, 10 Juli 2026

Penulis,



(Wanda Nur Oktapiani)
NIM: 2261201126

Pembimbing



(Rizka Noristaman, S.E., M.M.)
NIDN: 0422118605

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kondisi beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja karyawan, serta menganalisis pengaruh beban kerja dan dukungan sosial terhadap stres kerja karyawan CV. Putra Karisma Kencana, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya tingkat pergantian karyawan (turnover) dalam satu tahun terakhir, serta penerapan sistem kerja borongan dengan target produksi yang ketat pada perusahaan konveksi yang memproduksi seragam dan perlengkapan Tentara Nasional Indonesia (TNI).

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif asosiatif. Populasi sekaligus sampel penelitian adalah seluruh karyawan CV. Putra Karisma Kencana yang berjumlah 38 orang, yang ditentukan melalui teknik sampling jenuh. Data dikumpulkan melalui kuesioner berskala Likert dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi klasik, serta analisis regresi linear berganda dengan bantuan program SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja karyawan berada pada kategori sedang, dengan skor rata-rata masing-masing sebesar 27,00; 39,81; dan 28,23. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja, dengan koefisien regresi sebesar 0,944 dan nilai signifikansi $<0,001$ (t hitung 6,636 $>$ t tabel 2,030). Sebaliknya, dukungan sosial secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kerja, dengan koefisien regresi sebesar 0,015 dan nilai signifikansi sebesar 0,889 (t hitung 0,141 $<$ t tabel 2,030). Secara simultan, beban kerja dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap stres kerja, dengan nilai F hitung sebesar 26,909 dan signifikansi 0,000, serta mampu menjelaskan 60,6% variasi stres kerja ($R^2 = 0,606$), sedangkan 39,4% sisanya dijelaskan oleh variabel lain di luar model penelitian ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa beban kerja merupakan faktor dominan yang perlu menjadi perhatian utama perusahaan dalam upaya menekan tingkat stres kerja karyawan, tanpa mengesampingkan pentingnya penguatan dukungan sosial sebagai bagian dari strategi kesejahteraan psikologis karyawan dalam jangka panjang.

Kata Kunci: Beban Kerja, Dukungan Sosial, Stres Kerja, Karyawan, Turnover

ABSTRACT

This investigation seeks to outline workload, social support, and job-related stress, as well as to evaluate how workload and social support individually and collectively influence job stress among the staff of CV. Putra Karisma Kencana. The impetus for this study stems from the elevated turnover rate of employees over the previous year and the implementation of a piece-rate payment system with stringent production goals at this garment factory, responsible for creating uniforms and gear for the Indonesian military. This research employs a quantitative methodology with an associative framework. The sample and population comprise all 38 employees of CV. Putra Karisma Kencana, chosen through a saturated sampling method. Information was gathered via questionnaires and evaluated using multiple linear regression, facilitated by SPSS software. Findings indicate that workload, social support, and job stress are experiencing moderate levels. Workload positively and significantly influences job stress, evidenced by a regression coefficient of 0.944 and a significance value of $<0,001$. Social support partially has a significance value of 0,889. Simultaneously, workload and social support significantly affect job stress, with an f value of 26.909 and a significance value of 0,000, explaining 60,6% of the variance in job stress (R Square = 0,606). These findings indicate the workload is the dominant factor that requires primary attention in efforts to reduce employee job stress.

Keywords: Workload, Social Support, Job Stress, Employee, Turnover



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Segalanya, atas limpahan rahmat, dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Karyawan di CV Putra Karisma Kencana. Secara khusus, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang tak terhingga kepada orang tua tercinta yang telah memberikan semangat dan do’a yang tidak pernah putus dan tulus. Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Program Studi Manajemen di Universitas Sali - Al Aitaam.

Dalam membuat proposal penelitian ini, penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, penelitian ini tidak akan selesai. Karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada.:

1. Fatimah Nurjannati Iskandar S.E., M.Ak. Selaku rektor perguruan tinggi Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.
2. Andri Asmari, S.E., M.M. Selaku wakil rektor I perguruan tinggi Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.
3. Dian Haerana, S.T., M.M. Selaku wakil rektor II perguruan tinggi Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.
4. Ir.Arif Nugraha, S.E., M.M. Selaku wakil rektor III perguruan tinggi Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.
5. Dr.Yusnaini, S.E., M.M. Selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.

6. Yesi Suhartini, S.E., M.M. Selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Sali Al-Aitaam Bandung.
7. Rizka Noristaman, S.E., M.M, Selaku Dosen pembimbing.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi S1 Manajemen atas segala ilmu dan pengalaman yang diberikan kepada penulis selama duduk di bangku kuliah.
9. Kedua orang tua yang selalu melimpahkan kasih sayang serta dukungan sehingga menjadi motivasi saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Pimpinan dan karyawan CV. Putra Karisma Kencana yang telah memberikan izin serta membantu penulis dalam proses pengumpulan data penelitian.
11. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Manajemen yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta kebersamaan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penyusunan maupun isi. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan, pengalaman, serta kemampuan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi perbaikan di masa yang akan datang.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri sebagai sarana pembelajaran, maupun bagi pembaca sebagai tambahan wawasan dan referensi dalam bidang manajemen, khususnya yang berkaitan dengan tekanan pekerjaan, dukungan sosial, dan stres kerja.

Bandung, 10 Juli 2026

Penulis

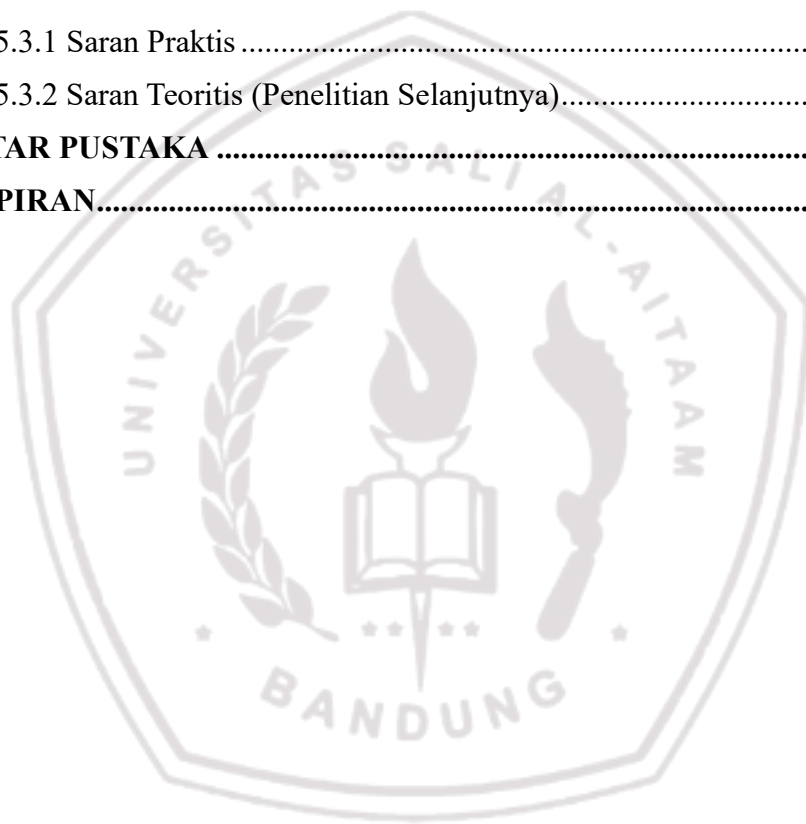


DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
BAB II	10
KAJIAN TEORI, KRANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS.....	10
2.1 Kajian Teori	10
2.1.1 Manajemen	10
2.1.2 Organisasi	13
2.1.3 Manajemen Sumber Daya Manusia	14
2.1.4 Beban Kerja	20
2.1.5 Tekanan Kerja.....	22
2.2 Penelitian Sebelumnya Yang Relevan	26
2.2.1 Perbedaan Beban Kerja dan Tekanan Pekerjaan.....	28
2.2.2 Dukungan Sosial.....	29
2.2.3 Stres Kerja	31

2.3 Kerangka Pemikiran	33
2.3.1 Model kerangka berpikir.....	36
2.4 Hipotesis Penelitian	36
BAB III.....	38
METODE PENELITIAN	38
3.1 Metode Penelitian.....	38
3.1.1 Penelitian Kuantitatif.....	38
3.2 Objek Penelitian	38
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	39
3.4 Variabel dan Operasionalisasi Variabel	40
3.5 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	42
3.6 Teknik Pengumpulan Data	42
3.6.1 Kuesioner atau Angket.....	42
3.7 Uji Instrumen Penelitian.....	43
3.7.1 Uji Validitas	43
3.7.2 Uji Reliabilitas	44
3.7.3 Uji Asumsi Klasik.....	44
3.8 Teknik Analisis Data	47
3.8.1 Analisis Deskriptif dan Asosiatif	47
3.8.2 Uji Instrumen Penelitian	49
3.8.3 Analisis Regresi Linear Berganda	50
3.8.4 Uji Hipotesis	50
3.8.5 Analisis Koefisien Determinasi (R^2).....	51
BAB IV	53
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	53
4.2 Profil Responden	55
4.2.1 Karakteristik Responden.....	55
4.2.2 Uji Instrumen	57
4.2.3 Analisis Data.....	64
4.3 Pembahasan	70
4.3.1 Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja	70

4.3.2 Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja	72
4.3.3 Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja	74
4.3.4 Implikasi Hasil.....	75
BAB V.....	77
PENUTUP.....	77
5.1 Kesimpulan.....	77
5.2 Keterbatasan Penelitian	80
5.3 Saran.....	82
5.3.1 Saran Praktis	82
5.3.2 Saran Teoritis (Penelitian Selanjutnya).....	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	86



DAFTAR TABEL

TABEL 1. 1 HASIL UJI DESCRIPTIVE STATISTICS	5
TABEL 2. 2 PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN	26
TABEL 3. 1 JADWAL WAKTU PENELITIAN	40
TABEL 3. 2 OPRASIONALISASI VARIABEL	41
TABEL 3. 3 KATEGORI SKALA	49
TABEL 4. 1 KARAKTERISTIK RESPONDEN MENURUT JENIS KELAMIN	55
TABEL 4. 2 KAREKTERISTIK RESPONDEN MENURUT UMUR	56
TABEL 4. 3 KARAKTERISTIK RESPONDEN MENURUT LAMANYA BEKERJA	56
TABEL 4. 4 VALIDITAS VARIABEL BEBAN KERJA	57
TABEL 4. 5 VALIDITAS VARIABEL DUKUNGAN SOSIAL	58
TABEL 4. 6 VALIDITAS VARIABEL STRES KERJA	58
TABEL 4. 7 RELIABILITAS VARIABEL BEBAN KERJA (X_1)	59
TABEL 4. 8 RELIABILITAS VARIABEL DUKUNGAN SOSIAL (X_2)	59
TABEL 4. 9 RELIABILITAS VARIABEL STRES KERJA (Y)	59
TABEL 4. 11 UJI <i>ONE-SAMPLE KOLMOGOROV-SMIRNOV TEST</i>	60
TABEL 4. 12 NILAI HASIL UJI MULTIKOLINEARITAS	62
TABEL 4. 10 HASIL UJI DESCRIPTIF STATISTICS	64
TABEL 4. 13 NILAI HASIL REGRESI LINEAR BERGANDA	67
TABEL 4. 14 HASIL UJI-T (PARSIAL)	68
TABEL 4. 15 HASIL UJI-F (SIMULTAN)	69
TABEL 4. 16 UJI KOEFISIEN DETERMINASI (R^2)	69

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2. 1 KERANGKA BERPIKIR.....	36
GAMBAR 4. 1 NORMAL PROBABILITY PLOT	61
GAMBAR 4. 2 UJI HETEROKEDASTISITAS.....	63



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 INSTRUMEN PENELITIAN	86
LAMPIRAN 2 OUTPUT SPSS.....	87
LAMPIRAN 3 DOKUMENTASI LOKASI PENELITIAN.....	93
LAMPIRAN 4 KARTU BIMBINGAN	94
LAMPIRAN 5 SURAT PENGANTAR PENELITIAN.....	95

