

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA, DAN DISIPLIN KERJA  
TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA  
PT. HERBA EMAS WAHIDATAMA PURBALINGGA**



**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Manajemen

**GHAFA RA KHARISMA AFITA**

**1802010032**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

**2022**

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA, DAN DISIPLIN KERJA  
TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA  
PT. HERBA EMAS WAHIDATAMA PURBALINGGA**



**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Manajemen

**GHAFA RA KHARISMA AFITA**

**1802010032**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA, DAN DISIPLIN KERJA TERHADAP  
KINERJA KARYAWAN PADA  
PT. HERBA EMAS WAHIDATAMA PURBALINGGA**



**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Manajemen

**GHAFARA KHARISMA AFITA  
1802010032**

Diterima dan  
disetujui oleh :

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Suyoto', is written over a horizontal line.

**Drs. Suyoto, M.Si., Ph.D**  
**NIK.2160189**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh:

Nama : Ghafara Kharisma Afita  
NIM : 1802010032  
Program Studi : Manajemen SI  
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : **Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga**

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M) pada Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

### DEWAN PENGUJI

Ketua : Drs. Suyoto, M.Si (  )  
Anggota 1 : Akhmad Darmawan, S.E., M.Si (  )  
Anggota 2 : Totok Haryanto, S.E., MM (  )  
Ditetapkan di : Purwokerto  
Tanggal : 23 Agustus 2022

Mengetahui:

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis



Dr. Naclati Tubastuvi, S.E., M.Si

NIK. 2160187

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ghafara Kharisma Afita  
NIM : 1802010032  
Program Studi : Manajemen SI  
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya skripsi ini adalah karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 23 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



Ghafara Kharisma Afita

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi kepentingan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ghafara Kharisma Afita  
NIM : 1802010032  
Program Studi : Manajemen SI  
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non Ekklusif (*Non-exclusif Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Ekklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalih media/mengalih informatikan, mengelola dalam bentuk pangkatan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto  
Pada Tanggal : 23 Agustus  
Yang menyatakan,



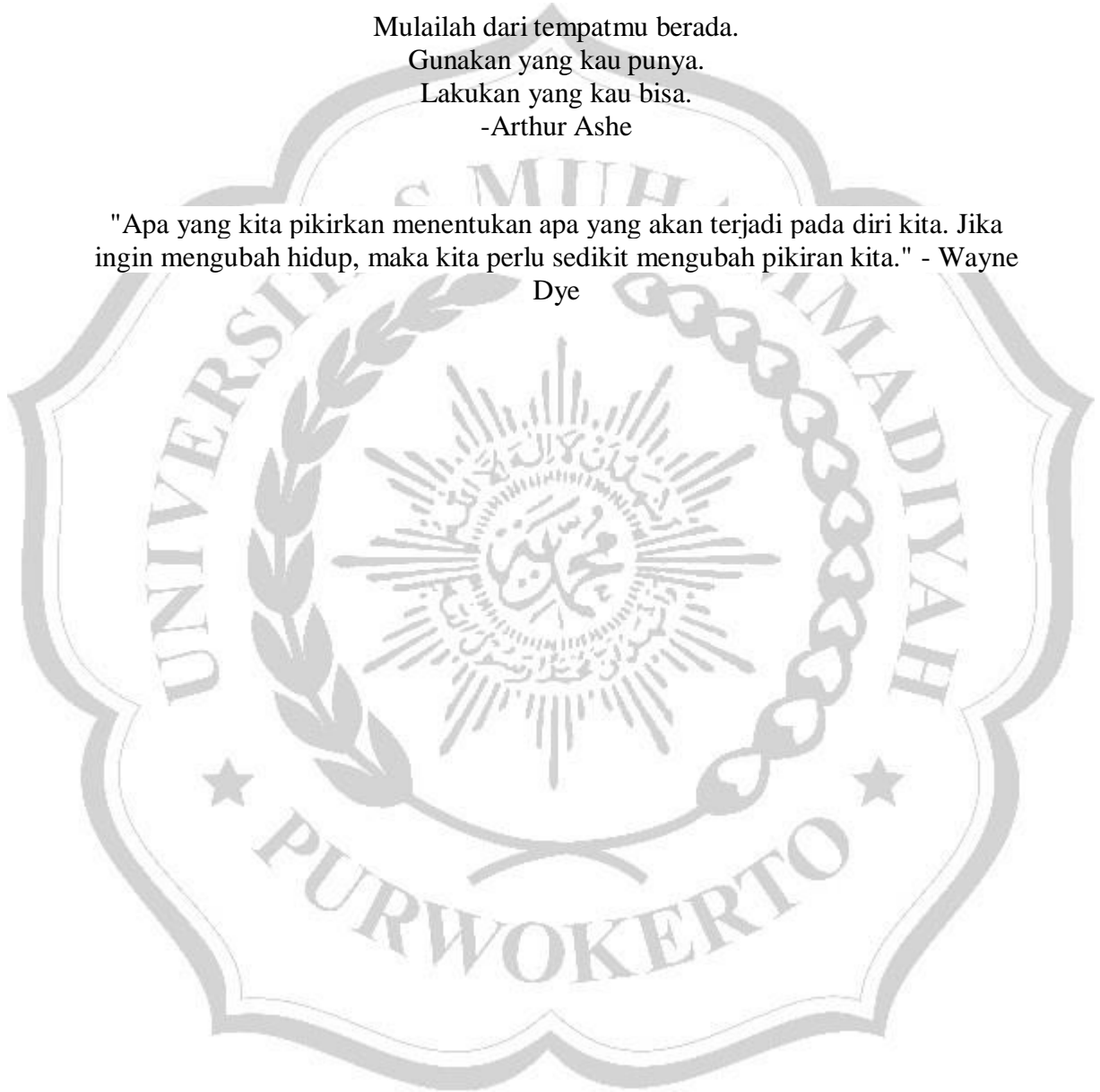
Ghafara Kharisma Afita

## MOTTO

*Learn from yesterday, live for today, hope for tomorrow. The important thing is not to stop questioning. (Albert Einstein)*

Mulailah dari tempatmu berada.  
Gunakan yang kau punya.  
Lakukan yang kau bisa.  
-Arthur Ashe

"Apa yang kita pikirkan menentukan apa yang akan terjadi pada diri kita. Jika ingin mengubah hidup, maka kita perlu sedikit mengubah pikiran kita." - Wayne Dye

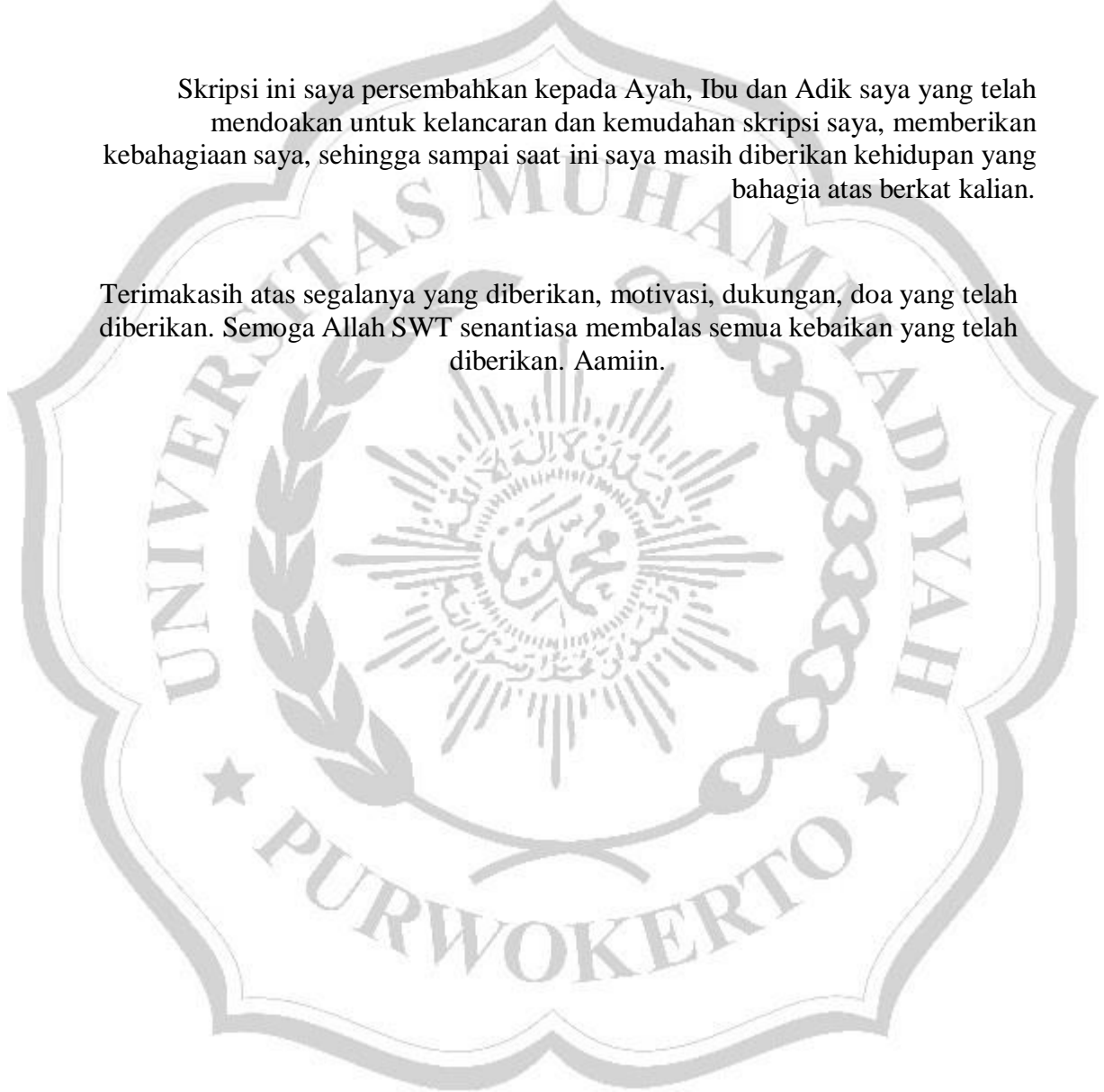


## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, atas segala rahmat karunia serta kenikmatannya yang telah diberikan kepada saya sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi saya ini dengan penuh lika-liku dan proses yang tidak mudah.

Skripsi ini saya persembahkan kepada Ayah, Ibu dan Adik saya yang telah mendoakan untuk kelancaran dan kemudahan skripsi saya, memberikan kebahagiaan saya, sehingga sampai saat ini saya masih diberikan kehidupan yang bahagia atas berkat kalian.

Terimakasih atas segalanya yang diberikan, motivasi, dukungan, doa yang telah diberikan. Semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan yang telah diberikan. Aamiin.



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warrohmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji syukur kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Jebul Suroso, S.Kp., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
2. Dr. Naelati Tubastuvi, S.E., M.Si, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
3. Drs. Suyoto, M.Si, selaku Ketua Program Studi Manajemen S1 Universitas Muhammadiyah Purwokerto, dan selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
4. Akhmad Darmawan, S.E., M.Si, selaku dosen penguji 1 saya yang telah memberikan berbagai pertanyaan dan masukan untuk menguji kelayakan saya sebagai Sarjana Manajemen;
5. Totok Haryanto, S.E., MM, selaku dosen penguji 2 saya telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan saya sebagai Sarjana Manajemen
6. Mastur Mujib Ikhsani, S.E., M.Si, selaku dosen pembimbing akademik saya yang sudah memberikan semangat, bimbingan, masukan dan arahan dalam menyelesaikan tugas akhir;
7. Bapak/ibu dosen seluruh staff dan karyawan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan selama berada di bangku perkuliahan dan atas segala bantuan dalam bentuk pelayanan serta fasilitas yang diberikan;
8. PT Herba Emas Wahidatama Purbalingga, yang telah memberikan izin penelitian kepada saya;
9. Kepada Ibu saya Suwita, Bapak saya Arif Supriyatno Dan adik saya Inez Hassya Nova yang telah memberikan dukungan, senantiasa mendoakan, memberikan support dan memberikan dukungan materiil sehingga terselesaikannya tugas akhir saya;
10. Untuk sahabatku tercinta Fadila Nur Oktaviani, Izmi Melaiana Zaen, Yuli

Febian Antika yang telah membantu saya, memberikan masukan, mengingatkan, memberikan semangat, saya tak akan melupakan kebaikan kalian selama ini;

11. Untuk teman dekat saya Muhamad Shandra yang telah menjadi support system saya dalam mengerjakan skripsi Terimakasih banyak;
12. Untuk mbahku tercinta Sundari yang selalu mendoakan cucunya, memberikan semangat;
13. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini sehingga selesai yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
14. Terakhir saya ucapkan rasa terimakasih kepada diri saya sendiri, terimakasih sudah berjuang sampai saat ini dengan berbagai halangan dan rintangan, terimakasih sudah bekerja keras selama ini, dan kehidupan yang sesungguhnya sudah didepan mata. Semoga saya tetap semangat menjalani hari-hari kedepannya, aamiin

Akhir kata, saya berharap Allah Subhanahu wata'ala berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Aamiin.

Wassalamu'alaikum warrohmatullahi wabarakatuh.

Purwokerto, 23 Agustus 2022

Penulis

Ghafara Kharisma Afita

**PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA, DAN DISIPLIN KERJA  
TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA  
PT. HERBA EMAS WAHIDATAMA (HEW) PURBALINGGA**

**Ghafara Kharisma Afita<sup>1</sup>**  
**Fakultas Ekonomi dan Bisnis**  
**Universitas Muhammadiyah Purwokerto**  
[ghafaraaka10@gmail.com](mailto:ghafaraaka10@gmail.com)

**Suyoto, M.Si<sup>2</sup>**  
**Fakultas Ekonomi dan Bisnis**  
**Universitas Muhammadiyah Purwokerto**  
[Suyoto@ump.ac.id](mailto:Suyoto@ump.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan, Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan, dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT. Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan PT. Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga yang berjumlah 117. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode Probability Sampling dengan Teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 110 responden. Data diperoleh dari responden dengan instrument penelitian menggunakan kuisisioner google form. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa Stres Kerja, Beban Kerja, dan Disiplin Kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Kinerja Karyawan. Namun Ketika diuji secara parsial Stres Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Kinerja Karyawan, Beban Kerja berpengaruh positif dan tidak signifikan, sedangkan Disiplin Kerja berpengaruh positif dan signifikan.

**Kata Kunci** : Stres Kerja, Beban Kerja, Disiplin Kerja, Kinerja Karyawan

**EFFECT OF WORK STRESS, WORKLOAD, AND WORK DISCIPLINE  
ON EMPLOYEE PERFORMANCE IN  
PT. HERBA EMAS WAHIDATAMA (HEW) PURBALINGGA**

**Ghafara Kharisma Afita<sup>1</sup>**

*Faculty of Economics and Business  
Muhammadiyah University Purwokerto  
[ghafaraaka10@gmail.com](mailto:ghafaraaka10@gmail.com)*

**Suyoto, M.Si<sup>2</sup>**

*Faculty of Economics and Business  
Muhammadiyah University Purwokerto  
[Suyoto@ump.ac.id](mailto:Suyoto@ump.ac.id)*

**ABSTRACT**

This study aims to determine; the effect of work stress on employee performance, workload on employee performance, and work discipline on employee performance at PT. Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga. The population in this study were all employees of PT. Herba Emas Wahidatama (HEW) Purbalingga, totaling 117. Sampling in this study used the Probability Sampling method with purposive sampling technique with a total sample of 110 respondents. Data obtained from respondents with research instruments using a google form questionnaire. The data analysis technique used multiple regression analysis. The results of the analysis show that work stress, workload, and work discipline simultaneously have a significant effect on employee performance. However, when partially tested, work stress has a negative and significant effect on employee performance, workload has a positive and insignificant effect, while work discipline has a positive and significant effect.

**Keywords** : Work Stress, Workload, Work Discipline, Employee Performance

## DAFTAR ISI

HALAMAN COVER .....	
HALAMAN JUDUL .....	
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Landasan Teori.....	9
1. Kinerja Karyawan.....	9
2. Stres Kerja .....	10
3. Beban Kerja .....	14
4. Disiplin Kerja.....	16
B. Hasil Penelitian Terdahulu.....	20
C. Kerangka Pemikiran .....	29
1. Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan.....	29

2.	Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan.....	30
3.	Pengaruh Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan .....	30
D.	Hipotesis .....	32
BAB III.....		33
METODE PENELITIAN.....		33
A.	Jenis Penelitian .....	33
B.	Subjek dan Objek Penelitian.....	33
1.	Objek Penelitian.....	33
2.	Subjek Penelitian .....	33
C.	Populasi dan Sampel.....	34
1.	Populasi .....	34
2.	Sampel.....	34
D.	Jenis, Sumber, Dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
E.	Variabel Penelitian .....	36
1.	Variabel Dependen (Y) .....	36
2.	Variabel Independen (X) .....	36
F.	Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel .....	37
1.	Variabel Dependen (Kinerja Karyawan) .....	37
2.	Variabel Independen (X) .....	38
G.	Metode Analisis Data .....	40
a)	Analisis Deskriptif .....	40
b)	Uji Instrumen.....	41
c)	Uji Asumsi Klasik .....	42
d)	Uji Regresi.....	44
e)	Uji Kecocokan Model.....	45
BAB IV .....		51
HASIL DAN PEMBAHASAN .....		51
A.	Hasil Penelitian .....	51
B.	Pembahasan .....	82
BAB V.....		87
PENUTUP .....		87
A.	Simpulan .....	87
B.	Keterbatasan Hasil Penelitian .....	87

C. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA .....	90
LAMPIRAN .....	94



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel Penelitian Terdahulu.....	20
Tabel 3. 1 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Kinerja Karyawan.....	37
Tabel 3. 2 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Stres Kerja.....	38
Tabel 3. 3 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Beban Kerja.....	39
Tabel 3. 4 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel Disiplin Kerja .....	40
Tabel 4. 1 Tingkat Responden .....	53
Tabel 4. 2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54
Tabel 4. 3 Responden Berdasarkan Usia .....	55
Tabel 4. 4 Responden Berdasarkan Pendidikan.....	56
Tabel 4. 5 Responden Berdasarkan Masa Kerja .....	56
Tabel 4. 6 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Stres Kerja.....	57
Tabel 4. 7 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Beban Kerja.....	59
Tabel 4. 8 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Disiplin Kerja .....	60
Tabel 4. 9 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Kinerja Karyawan.....	62
Tabel 4. 10 Uji Validitas Kinerja Karyawan .....	64
Tabel 4. 11 Uji Validitas Stres Kerja.....	66
Tabel 4. 12 Uji Validitas Beban Kerja .....	67
Tabel 4. 13 Uji Validitas Disiplin Kerja.....	68
Tabel 4. 14 Hasil Uji Reliabilitas.....	69
Tabel 4. 15 Hasil Pengujian Normalitas .....	70
Tabel 4. 16 Hasil Uji Multikolinearitas .....	71
Tabel 4. 17 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	72
Tabel 4. 18 Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda .....	73
Tabel 4. 19 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	76
Tabel 4. 20 Hasil Uji F .....	77
Tabel 4. 21 Ringkasan Pengujian Hipotesis .....	81

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	31
Gambar 3. 1 Kurva Uji Hipotesis Pertama (Uji F) .....	46
Gambar 3. 2 Kurva Uji t Hipotesis Kedua .....	48
Gambar 3. 3 Kurva Uji t Hipotesis Ketiga .....	49
Gambar 3. 4 Kurva Uji t Hipotesis Keempat.....	50
Gambar 4. 1 Kurva Uji F Hipotesis Pertama.....	78
Gambar 4. 2 Kurva Uji t Hipotesis Kedua .....	79
Gambar 4. 3 Kurva Uji t Hipotesis Ketiga .....	80
Gambar 4. 4 Kurva Uji t Hipotesis Keempat.....	81

