

PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PADA KOPERASI SERVIAM CABANG OESAO

The Effect of Workload and Work Stress on Employee Work Productivity at The Oesao Branch Serviam Cooperation

Renya De Rosari Maria Bria^{1,a)}, Rolland E. Fanggidae^{2,b)}, Clarce S. Maak^{3,c)}, Ni Putu Nursiani^{4,d)}

^{1,2,3,4)} Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi & Bisnis, Universitas Nusa Cendana Kupang, Indonesia

Koresponden : ^{a)} renharosari25@gmail.com, ^{b)} rolland_fanggidae@staf.undana.ac.id,
^{c)} clarce.maak@staf.undana.ac.id, ^{d)} niputu.nursiani@staf.undana.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian untuk meneliti beban kerja dan stres kerja terhadap produktivitas kerja karyawan pada koperasi serviam cabang oesao. Metode dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian asosiatif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sampling jenuh dengan jumlah 31 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi linear berganda, uji t dan uji F dengan bantuan dari software SPSS versi 25. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel beban kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada koperasi serviam cabang oesao. Variabel stres kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan pada koperasi serviam cabang oesao. Variabel beban kerja dan stres kerja secara simultan berpengaruh terhadap produktivitas karyawan pada koperasi serviam cabang oesao.

Kata Kunci : Beban Kerja, Stres Kerja, Produktivitas Kerja Karyawan, Koperasi Serviam Cabang Oesao

PENDAHULUAN

Manajemen sumber daya manusia merupakan serangkaian kegiatan pengelolaan sumber daya manusia yang memusatkan kepada praktek dan kebijakan, serta fungsi- fungsi manajemen untuk mempercayai tujuan organisasi, Suwatno (2009:3). Tenaga kerja yang berkualitas, akan menghasilkan output kerja yang optimal sesuai dengan target pekerjaannya. Manusia sebagai tenaga kerja atau karyawan merupakan sumber daya yang penting bagi perusahaan, karena adanya bahan, tenaga, dan kreativitas yang sangat dibutuhkan oleh perusahaan untuk mencapai tujuannya, maka dari itu tenaga kerja atau sumber daya manusia dalam suatu organisasi atau perusahaan harus benar-benar berkualitas agar bisa menghasilkan suatu hasil yang diinginkan dan sesuai dengan yang diharapkan semua pihak.

Riset tentang produktivitas kerja merupakan salah satu isu yang menarik untuk diteliti. Hal ini dikarenakan sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam. Hasil riset Saefullah et.al 2017 menunjukkan bahwa beban kerja dan stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas kerja. Produktivitas kerja adalah perbandingan antara output dengan input, dimana output-nya harus mempunyai nilai tambah dan teknik pekerjaannya lebih baik, hal ini dikemukakan oleh Hasibuan (2012).

Seorang karyawan harus mempunyai keahlian yang cukup memadai dan bisa mengatur semua pekerjaannya agar dapat menyelesaikan pekerjaan dengan cepat dan tepat. Salah satu faktor yang perlu diperhatikan adalah tentang beban kerja. Pekerjaan yang diberikan kepada para karyawan harus sesuai dengan kemampuan kerja yang dimiliki karyawan tersebut agar tidak menimbulkan beban kerja, sehingga dapat mencapai produktivitas yang optimal. Tingkat produktivitas karyawan yang optimal akan menghasilkan suatu pekerjaan yang diinginkan oleh semua pihak.

Selain beban kerja yang menjadi hambatan dalam penentuan produktivitas kerja karyawan yang baik adapula faktor lain yakni stres kerja, yang mana merupakan faktor yang paling berpengaruh pada produktivitas kerja karyawan. Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seorang karyawan (Rivai 2014). Stres kerja juga bukan sesuatu yang mudah diatasi sehingga perlunya penanganan yang serius agar dapat memperlancar aktivitas baik itu pribadi maupun produktivitas dalam bekerja. Badan usaha yang bergerak di bidang keuangan simpanan maupun pinjaman seperti koperasi lebih berorientasi pada target sehingga diperlukan produktivitas kerja karyawan yang baik agar mampu mencapai target yang diinginkan. Kondisi pekerjaan yang seperti itu mengharuskan para karyawannya maupun pihak manajemen koperasi untuk lebih memperhatikan beban kerja dan stres kerja untuk mencegah terjadinya penurunan produktivitas kerja yang juga akan berimbas pada karir karyawan maupun produktivitas koperasi untuk kedepannya.

Koperasi Serviam merupakan koperasi simpan pinjam yang didirikan pada tanggal 25 agustus 1985 yang didirikan oleh Pater Yustinus Tegu Wona, SVD dan telah memiliki badan hukum. Koperasi Serviam berkantor pusat di Penfui memiliki delapan (8) kantor cabang dan tiga puluh satu (31) kantor cabang pembantu yang tersebar dipulau Timor. Dari 8 kantor cabang Koperasi Serviam yang tersebar diseluruh pulau Timor salah satunya adalah Kantor Cabang Oesao yang terletak di Kabupaten Kupang.

Koperasi Serviam Cabang Oesao memiliki wilayah kerja meliputi 18 kecamatan dan 91 desa yang ada di Kabupaten Kupang, dibantu dengan 6 kantor cabang pembantu, dengan jumlah anggota sebanyak 13.278 orang. Total karyawan yang di Koperasi Serviam Cabang Oesao beserta dengan kantor cabang pembantunya ada 31 orang. Dilihat dari luas dan banyaknya wilayah kerja, jarak serta medan perjalanan yang cukup parah di bagian pelosok Kabupaten Kupang yang harus ditempuh dengan jumlah anggota di atas, terlihat jelas bahwa jumlah karyawan di Koperasi Serviam Cabang Oesao masih tergolong sedikit tentunya hal ini berpotensi menjadi beban kerja bagi para karyawan. Selain dari pada itu para karyawan juga harus mencari anggota baru sesuai dengan target yang telah ditetapkan, sehingga berpotensi dapat menimbulkan stres kerja yang cukup tinggi bagi para karyawan dengan demikian dapat berpengaruh terhadap produktivitas karyawan.

TINJAUAN PUSTAKA

Produktivitas Kerja

Menurut Sutrisno (2017) menyatakan bahwa produktivitas kerja merupakan sikap mental. Sikap mental yang selalu mencari perbaikan terhadap apa yang telah ada. Suatu keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan pekerjaan lebih baik hari ini dari pada hari kemarin dan

hari esok lebih baik dari hari ini. Lalu menurut Makmun (2003) Produktivitas kerja adalah kemampuan karyawan dalam mencapai tujuan organisasi dengan efektif dan efisien.

Menurut Sinungan (2016) produktivitas adalah suatu pendekatan interdisipliner untuk menentukan tujuan yang efektif, pembuatan rencana, aplikasi penggunaan cara yang produktif untuk menggunakan sumber-sumber secara efisien, dan tetap menjaga adanya kualitas yang tinggi. Menurut Yurniarsih dan Suwatno (2009:156) Produktivitas merupakan hasil konkrit (produk) yang dihasilkan oleh individu ataupun kelompok, selama satuan waktu tertentu dalam suatu proses kerja.

Beban Kerja

Beban kerja adalah sejumlah proses atau kegiatan yang harus diselesaikan oleh seorang pekerja dalam jangka waktu tertentu. Apabila seorang pekerja mampu menyelesaikan dan menyesuaikan diri terhadap sejumlah tugas yang diberikan, maka hal tersebut tidak menjadi suatu beban kerja.

Menurut Munandar (2010:383) beban kerja adalah keadaan dimana karyawan dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu. Beban kerja menurut Tarwaka (2014) adalah suatu kondisi dari pekerjaan dengan uraian tugasnya harus diselesaikan pada batas waktu tertentu.

Menurut Sunyoto (2016) Beban kerja adalah yang terlalu banyak dapat menyebabkan ketegangan dalam diri seseorang sehingga menimbulkan stres. Hal ini bisa disebabkan oleh tingkat keahlian yang dituntut terlalu tinggi, kecepatan kerja mungkin terlalu tinggi, volume kerja mungkin terlalu banyak dan sebagainya.

Stres Kerja

Stres adalah gangguan mental yang dihadapi seorang akibat adanya tekanan. Tekanan ini muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan atau keinginan. Tekanan ini biasanya berasal dari dalam diri, atau dari luar. Stres bukanlah penyakit atau cedera tetapi dapat merusak kesehatan mental. Menurut Robbins (2006) stres kerja karyawan adalah kondisi yang muncul dari interaksi antara manusia dan pekerjaan serta dikarakteristikan oleh perubahan manusia yang memaksa mereka untuk menyimpang dari fungsi normal mereka.

Menurut Rivai (2014) Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seorang karyawan.

Hipotesis

Berdasarkan pengaruh hubungan produktivitas kerja, beban kerja dan stres kerja yang terdapat pada Koperasi Serviam Cabang Oesao maka dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut :

- H1 : Diduga beban kerja berpengaruh secara signifikan terhadap produktivitas kerja karyawan pada Koperasi Serviam Kantor Cabang Oesao
- H2 : Diduga stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap produktivitas kerja karyawan pada Koperasi Serviam Kantor Cabang Oesao
- H3 : Diduga beban kerja dan stres kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap produktivitas kerja karyawan pada Koperasi Serviam Kantor Cabang Oesao

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang di gunakan dalam peneletian ini adalah jenis penelitian asosiatif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kuantitatif. Variable pada penelitian ini adalah Beban Kerja (X1), dan Stres Kerja (X2) sebagai variabel bebas dan Produktivitas kerja sebagai variabel terikat (Y). Pada penelitian ini total karyawan pada Koperasi Serviam Cabang Oesao sebanyak 31 orang sehingga populasi dari penelitian ini adalah seluruh jumlah karyawan yang ada pada Koperasi Serviam Oesao yaitu 31 orang serta jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 31 orang yakni menggunakan seluruh populasi sebagai sampel, teknik ini dinamakan sampel jenuh. Di dalam penelitian ini menggunakan 2 jenis data, yakni data kuantitatif dan data kualitatif. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Untuk pengumpulan data di lapangan maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan memberikan kuesioner (Angket), melakukan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan SPSS dengan uji instrumen, uji validitas, uji reliabilitas, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, uji hipotesis, uji t, uji f dan koefisien determinasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Jumlah responden pada Koperasi Serviam Cabang Oesao sebanyak 31 orang, pada kategori responden berdasarkan jenis kelamin. Diperoleh responden dengan jenis kelamin laki-laki 21 orang (67.7%) dan responden dengan jenis kelamin perempuan 10 orang (32.2%). Berdasarkan usia 20-24 tahun sebanyak 1 orang (3.2%), 25-29 tahun 16 orang (51.6%), 30-34 tahun 9 orang (29%), 35-39 tahun 2 orang (6.5%) responden berusia >40 tahun 3 orang (9.7%). Berdasarkan pendidikan yang menempuh pendidikan strata 1 (S1) 21 orang (67.7%) dan diploma (D3) 10 orang (32.3%). Berdasarkan masa kerja, yang bekerja selama 0-3 tahun 16 orang (51.6%), bekerja selama 4-6 tahun 9 orang (29%), bekerja selama 7-9 tahun 3 orang (9.7%) dan diatas 9 tahun sebanyak 3 orang (9.7%).

Uji Hipotesis

Analisis Linear Berganda

Tabel 1.
Hasil Analisis Linear Berganda

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	T	Sig.	
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	15,105	0,275		54,914	0,000
	BebanKerja	0,026	0,003	0,821	9,264	0,000
	StresKerja	0,001	0,000	0,324	3,659	0,001

Persamaan regresi dapat dijelaskan sebagai berikut:

$$Y = 15,105 + 0,026X_1 + 0,001X_2$$

1. Nilai konstanta (a) sebesar 15.105, menyatakan bahwa apabila variabel beban kerja (X_1), stres kerja (X_2) bernilai 0 maka nilai produktivitas karyawan (Y) adalah 15.105
2. Nilai koefisien regresi (b) dari variabel beban kerja (X_1) sebesar 0.026 bermakna memiliki pengaruh yang positif. Dengan adanya pengaruh yang positif tersebut artinya apabila variabel beban kerja (X_1) mengalami kenaikan 1 satuan, dan variabel stres kerja (X_2) tetap, maka produktivitas karyawan (Y) akan mengalami kenaikan sebesar 0.026
3. Nilai koefisien regresi (b) dari variabel stres kerja (X_2) sebesar 0.001 bermakna memiliki pengaruh yang positif. Dengan adanya pengaruh yang positif tersebut artinya apabila variabel stres kerja (X_2) mengalami kenaikan sebanyak 1 satuan, dan variabel beban kerja (X_1) tetap, maka produktivitas karyawan (Y) akan mengalami kenaikan sebesar 0.001.

Pengujian Parsial (Uji t)

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil uji t sebagai berikut:

1. Pengaruh beban kerja terhadap produktivitas (H_1)
Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau signifikan lebih kecil dari alpha ($p < \alpha$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau signifikan lebih besar dari alpha ($p > \alpha$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Nilai t_{hitung} (9.264) > t_{tabel} (1,699) dan signifikansi (0.000) < alpha (0,05) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti variabel beban kerja berpengaruh signifikan terhadap produktivitas karyawan pada Koperasi Serviam Cabang Oesao
2. Pengaruh stres kerja terhadap produktivitas (H_2)
Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau signifikan lebih kecil dari alpha ($p < \alpha$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau signifikan lebih besar dari alpha ($p > \alpha$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Nilai t_{hitung} (3.659) > t_{tabel} (1,699) dan signifikansi (0.001) < alpha (0.05) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti variabel stres kerja berpengaruh signifikan terhadap produktivitas karyawan pada Koperasi Serviam Cabang Oesao

Pengujian Simultan (Uji F)

Tabel 2.
Tabel Hasil Uji F (Parsial)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	209,580	2	104,790	49,622	.000 ^b
	Residual	59,130	28	2,112		
	Total	268,710	30			

a. Dependent Variable: Produktivitas

b. Predictors: (Constant), Stres Kerja, Beban Kerja

Berdasarkan tabel dapat disimpulkan sebagai berikut: Karena F hitung (49.622) > F tabel (2.947) dan signifikan (0.000) < alpha (0.05) maka H_0 ditolak artinya Beban Kerja dan Stres

Kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Produktivitas Karyawan Pada Koperasi Serviam Cabang Oesao

Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 3.
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.883 ^a	0,780	0,764	1,453

Model Summary

a. Predictors: (Constant), StresKerja, BebanKerja

Berdasar pada tabel hasil analisis determinasi R^2 menunjukkan bahwa nilai *Adjusted R Square* sebesar 0.764. Hal ini menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel independen (X1) Beban Kerja dan Stres Kerja (X2) terhadap variabel dependen (Y) Produktivitas karyawan sebesar 76.4% dan sisanya sebesar 23.6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini. Dari hasil perhitungan nilai *R Square* sebesar 0.764 yang semakin mendekati satu menunjukkan bahwa pengaruh variabel Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Koperasi Serviam Cabang Oesao relatif kuat.

Pengaruh Beban Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa pengaruh beban kerja (X1) terhadap produktivitas (Y) dari karyawan koperasi serviam cabang oesao berpengaruh secara positif dan signifikan. Berdasarkan deskripsi variabel beban kerja dapat dilihat bahwa frekuensi tanggapan tertinggi dari responden berada pada indikator standar pekerjaan artinya jika suatu tempat kerja memiliki standar kerja yang baik maka karyawan yang bekerja merasa cukup nyaman, dan dapat mengatasi beban kerja yang ada. Hal ini didukung oleh teori dari Karasek (1990) bahwa beban kerja dapat berpengaruh secara positif terhadap produktivitas namun harus disertai dengan kontrol dan dukungan yang memadai, sehingga individu dapat mengelola beban kerja dengan efektif dan meningkatkan produktivitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Nurman Waliy (2021) yang menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas. Hal ini memiliki makna bahwa beban kerja yang tidak berlebihan memiliki dampak positif bagi peningkatan produktivitas.

Dari hasil penelitian yang dilakukan dan didukung oleh teori dari Karasek serta pada penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa beban kerja tidak selalu buruk, beban kerja yang diberikan akan berdampak positif terhadap produktivitas jika masih dalam batas wajar dan disesuaikan dengan kemampuan dan kapasitas karyawan yang ada. Berdasarkan jawaban dari responden terkait beban kerja yang didapatkan selama ini menunjukkan bahwa, beban kerja yang mereka dapatkan selama ini tidak melewati dari kemampuan dan kapasitas mereka sebagai seorang karyawan dimana mereka bekerja sesuai SOP yang ada serta pemberian tugas yang sesuai dengan kemampuan mereka serta faktor-faktor yang lain seperti kondisi pekerjaan serta target yang harus dicapai pada Koperasi Serviam Cabang Oesao masih dalam batas

wajar. Beban kerja yang cukup memiliki nilai yang positif karena dapat memengaruhi pada peningkatan produktivitas kerja

Pengaruh Stres Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan

Hasil uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan bahwa pengaruh stres kerja (X2) terhadap produktivitas (Y) karyawan koperasi serviam cabang oesao berpengaruh secara positif dan signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja bisa bernilai positif, mendapatkan tuntutan ditempat kerja bisa meningkatkan motivasi karyawan untuk menyelesaikan tugas atau tantangan yang didapatkan. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Selye (1976) yang mengatakan bahwa stres kerja dapat memiliki dampak yang positif pada produktivitas jika intensitasnya moderat. Selain itu juga Yukl (2010) menyatakan bahwa stres kerja dapat meningkatkan produktivitas jika karyawan memiliki kemampuan mengelola stres.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Arsyadani Rusda dan Dian Marlina (2021) dimana hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa stres kerja sebagai variabel (X) memiliki pengaruh positif terhadap produktivitas sebagai variabel (Y).

Dari hasil penelitian dan teori yang dikemukakan peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa stres kerja tidak selalu berpengaruh negatif terhadap produktivitas kerja. Stres kerja akan berpengaruh secara positif jika stres yang didapatkan atau dirasakan tidak berlebihan untuk karyawan hal ini tentu saja tidak terlepas dari dukungan atau hubungan yang baik antar rekan kerja dan tempat kerja memiliki organisasi yang sehat, serta individu itu sendiri memiliki penguasaan diri yang baik juga sehingga dapat mengelola stres dengan baik. Stres kerja yang dirasakan cukup dan tidak berlebihan serta para karyawan dapat mengatasinya dengan baik tentu saja akan memberi nilai yang positif juga dapat meningkatkan produktivitas kerja karyawan pada Koperasi Serviam Cabang Oesao.

Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas

Berdasarkan hasil uji F yang dilakukan didapatkan hasil F hitung (49.622) > F tabel (2.947) dan signifikan (0.000) < α (0.05) maka H_0 ditolak dan H_a artinya Beban Kerja dan Stres Kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Produktivitas Karyawan Pada Koperasi Serviam Cabang Oesao. Artinya ketika beban kerja dan stres kerja yang diberikan dan dirasakan tidak secara berlebihan maka akan menghasilkan karyawan yang produktif, dimana karyawan merasa tertantang untuk menyelesaikan tugas yang diberikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Eka Darmasari (2022) dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa variabel beban kerja dan stres kerja berpengaruh secara simultan dan berpengaruh secara signifikan terhadap produktivitas kerja karyawan.

Hasil hipotesis ini diperkuat dengan hasil uji koefisien determinasi menggunakan *model summery* yang menunjukkan kemampuan variabel independen Beban Kerja (X1) dan Stres Kerja (X2) terhadap variabel dependen Produktivitas (Y) sebesar 76.4% dan sisanya sebesar 23.6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini yang secara teoritis faktor - faktor yang diduga berpengaruh terhadap Produktivitas adalah kemampuan dan keterampilan, motivasi, komunikasi, penghargaan dan pengakuan, keseimbangan kerja-hidup dan lingkungan kerja (Hasibuan 2012). Dari Hasil perhitungan nilai *R Square* sebesar 0.764 yang semakin mendekati satu menunjukkan bahwa pengaruh variabel Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Koperasi Serviam Cabang Oesao relatif kuat.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Hasil analisis deskriptif menggunakan rentang skor pada variabel diperoleh Beban Kerja (X1) berada pada kategori baik, Stres Kerja (X2) berada pada kategori baik dan Produktivitas (Y) pada kategori cukup
2. Berdasarkan hasil uji hipotesis secara parsial (uji t) membuktikan bahwa beban kerja (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan koperasi serviam cabang oesao
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis secara parsial (uji t) membuktikan bahwa stres kerja (X2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan koperasi serviam cabang oesao
4. Secara simultan beban kerja dan stres kerja berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap produktivitas karyawan koperasi serviam cabang oesao, yang diperkuat dengan hasil analisis determinasi yang menunjukkan bahwa masing-masing variabel beban kerja dan stres kerja memiliki pengaruh yang relatif kuat terhadap produktivitas karyawan koperasi serviam cabang oesao.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti memiliki beberapa saran yang diharapkan berguna bagi Koperasi Serviam Cabang Oesao maupun bagi peneliti selanjutnya:

1. Bagi Koperasi Serviam Cabang Oesao: dari hasil penelitian ini peneliti menyarankan bagi pihak koperasi serviam cabang oesao jika ingin lebih meningkatkan produktivitas karyawan perlu menambahkan jumlah karyawan mengingat wilayah pelayanan koperasi serviam cabang oesao cukup luas dan juga memberikan dukungan secara moril kepada para karyawan agar lebih semangat dalam bekerja sehingga produktivitas kerja karyawan lebih meningkat.
2. Bagi peneliti selanjutnya: diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai beban kerja dan stres kerja terhadap produktivitas serta dapat mengembangkan penelitian dengan menggunakan variabel dan faktor-faktor lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini seperti motivasi kerja, lingkungan kerja, komunikasi dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyadani Rusda, dkk. (2021). *Analisis pengaruh stres kerja terhadap produktivitas kerja pada masyarakat kecamatan Grabag kabupaten Magelang* : Universitas Muhammadiyah Pontianak
- Darmasari Eka. (2022). *Pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap produktivitas kerja karyawan CV. Sinar Utama Yamaha Kota Samarinda*: Universitas Mulawarman Kalimantan Timur

- Hasibuan. (2012). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Karasek, Robert & Theorell, T. (1990). *Healty Work: Stress, Productivity, And The Reconstruction Of Working Life*. New York; Basic Books
- Makmun, Abin Syamsudin. (2003). *Psikologi Pendidikan*, Bandung: PT. Rosda Karya Remaja
- Munandar. (2010). *Dasar-Dasar Ekonomi Internasional; Pengenalan dan Aplikasi Metode Kuantitatif* Jakarta: PT. Kencana
- Rivai, Veithzal. (2014). *Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Perusahaan, Edisi ke 6*, PT. Raja Grafindo Persada, Depok, 16956.
- Robbins, P. Stephen. (2006). *Perilaku Organisasi. Edisi Sepuluh. Diterjemahkan oleh: Drs. Benyamin Molan*. Erlangga, Jakarta.
- Selye, H. (1956). *The Stress Of Life*. Universitas Michigan : McGraw-Hill Sinungan. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sunyoto, Danang. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta; PT. Buku Seru
- Sutrisno. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Kencana Prenada Group.
- Suwatno. (2009). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung : Alfabeta
- Tarwaka. (2014). *Ergonomi Industri : Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi diTempat Kerja*. Surakarta : Harapan Press.
- Waliy Nurman M. A. A.(2021). *Pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap produktivitas kerja karyawan operasional pabrik di CV. Al-Zidan Garmen Tasikmalaya* : Universitas Siliwangi Tasikmalaya
- Yukl, G. (2010). *Leadership In Organization Edisi 7*. Universitas Michigan :Prentice Hall