

# **PERAN *SELF EFFICACY* DALAM MEMEDIASI PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DI PT ASABRI (PESERO) KANTOR CABANG BALIKPAPAN**

Nama : Indah Rusdiana  
NIM : 1011810040  
Pembimbing : Dr. Ir. Gatot Kustiyadji., S.E., M.Si., IPU.

## **ABSTRAK**

Kondisi stres ditempat kerja memiliki banyak pemicu yang berbeda-beda dan kondisi stres saat ini merupakan gejala yang sering beranjak menjadi masalah, baik bagi individu maupun bisnis. Stres di tempat kerja memberikan dampak yang besar pada kepribadian dan perilaku seseorang. Faktor organisasi dan pribadi memiliki hubungan terhadap stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti peran *Self Efficacy* dalam memediasi pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja di PT ASABRI (Persero) Kantor Cabang Balikpapan. Jumlah responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 34 responden. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Data yang didapatkan oleh peneliti diperoleh dari pengisian kuesioner. Data penelitian yang telah didapatkan selanjutnya akan dianalisis dengan teknik analisis linier berganda yang dibantu dengan media Smart-PLS versi 3.3.3. Hasil analisis dalam penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja, pengaruh Beban Kerja terhadap *Self Efficacy* serta pengaruh *Self Efficacy* terhadap Stres Kerja. Sebagai variabel mediasi, *Self Efficacy* mampu memediasi hubungan Beban Kerja terhadap Stres Kerja.

**Kata Kunci:** Beban Kerja, *Self Efficacy*, Stres Kerja

# **THE ROLE OF SELF EFFICACY IN MEDIATING THE INFLUENCE OF WORKLOAD ON WORK STRESS AT PT ASABRI (PESERO) KANTOR CABANG BALIKPAPAN**

By : Indah Rusdiana  
Student Identity Number : 1011810040  
Supervisor : Dr. Ir. Gatot Kustyadi., S.E., M.Si., IPU.

## **ABSTRACT**

Stressful conditions in the workplace have many different triggers and current stressful conditions are a symptom that often turns into a problem, both of individuals and businesses. Stress at work has a big impact on a person's personality and behavior. Organizational and personal factors have a relationship to work stress. This study aims to examine the role of Self Efficacy in mediating the influence of Workload on Work Stress at PT ASABRI (Persero) Kantor Cabang Balikpapan. The number of respondents involved in this study was 34 respondents. This study uses a quantitative approach. The data obtained by researchers was obtained from filling out questionnaires. The research data obtained will then be analyzed using multiple linear analysis techniques assisted by Smart-PLS media version 3.3.3. The results of the analysis in this study indicate that there is a relationship between the influence of Workload on Work Stress, the effect of Workload on Self Efficacy, and the effect of Self Efficacy on Work Stress. As a mediating variable, Self Efficacy is able to mediate the relationship of Workload to Work Stress.

**Keywords: Workload, Self Efficacy, Work Stress**