

ABSTRAK

Dadang Munandar (1158020056) : “Pengaruh *Stress On The Job* dan *Stress Off The Job* Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Karyawan PT Prudential Life Assurance Cabang Metro Bandung)”.

Penelitian ini berangkat dari menurunnya kinerja karyawan PT Prudential Life Assurance Cabang Metro Bandung yang diakibatkan oleh stres kerja para karyawannya.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *Stress On The Job* terhadap kinerja karyawan, pengaruh *Stress Off The Job* terhadap kinerja karyawan, dan pengaruh *Stress On The Job* dan *Stress Off The Job* secara simultan terhadap kinerja karyawan PT. Prudential Life Assurance Cabang Metro Bandung.

Metode yang digunakan di dalam penelitian ini adalah metode deskriptif verifikatif dengan pendekatan kuantitatif, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, kuesioner, dan studi literatur. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Adapun dalam menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin yaitu 66 sampel dari 79 populasi dengan tingkat presisi sebesar 5%. Adapun analisis yang digunakan dalam penelitian ini meliputi Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Uji Korelasi, Uji Regresi Linier Berganda, Uji T, Uji F, dan Uji Determinasi (R^2).

Hasil penelitian dengan pengujian secara parsial (Uji T) untuk variable *Stress On The Job* (X1) menghasilkan thitung 1.258 < ttabel sebesar 1.669 dan nilai signifikansi sebesar 0.213, artinya *Stress On The Job* tidak berpengaruh terhadap kinerja karyawan. Sedangkan variabel *stress Off the job* (X2) menghasilkan thitung sebesar (-0.607) < ttabel sebesar 1.669 dan nilai signifikansi sebesar 0.546, artinya *Stress Off The Job* tidak berpengaruh terhadap kinerja karyawan. Selanjutnya berdasarkan hasil pengujian secara simultan (Uji F) menghasilkan fhitung sebesar 0.901 < ftabel sebesar 3.14, maka dapat disimpulkan bahwa *Stress On The Job* (X1), *Stress Off The Job* (X2) secara simultan (bersama-sama) tidak berpengaruh secara simultan terhadap Kinerja Karyawan. Hasil dari koefisien determinasi (R^2) menunjukan nilai sebesar 0,028 dapat disimpulkan bahwa Kinerja Karyawan PT. Prudential Life Assurance Cabang Metro Bandung dipengaruhi oleh *Stress On The Job* dan *Stress Off The Job* 2,8%, sisanya sebesar 97.2% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci : *Stress On The Job*, *Stress Off The Job*, dan Kinerja Karyawan