

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DENGAN JENIS KELAMIN SEBAGAI MODERATOR PADA KARYAWAN

¹Mareta Ninda Ardilla*, ²Idha Rahayuningsih

¹Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

²Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Corresponding Author email: Maretaninda0@gmail.com *

Abstrak

Diterima :

24 Desember 2024

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah jenis kelamin dapat memperkuat atau memperlemah hubungan beban kerja terhadap stres kerja. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 53 karyawan dengan teknik *non probability sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner sebagai instrumen penelitian dengan skala beban kerja dan skala stres kerja. Teknik analisis data menggunakan regresi linier berganda dengan uji hipotesis menggunakan analisis regresi moderasi. Hasil penelitian menunjukkan: 1) ada pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan di swalayan x. Nilai koefisien *Rsquare* 0,645 berarti terdapat hubungan yang cukup kuat antara pengaruh variabel beban kerja terhadap variabel stres kerja sebesar 64,5% dan sisanya sebesar 35,5% dipengaruhi oleh variabel lain.; 2) jenis kelamin tidak memoderatori pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan swalayan x. hal tersebut dapat disebabkan oleh hal yang tidak diperhatikan seperti: jumlah sampel yang tidak seimbang antara laki-laki dan perempuan, karakteristik pekerjaan, dan masa kerja.

Diterbitkan

25 Desember 2024

Kata kunci : *Beban Kerja, Stres Kerja, Jenis Kelamin dan Moderasi.*

Abstract

*This research aims to see whether gender can strengthen or weaken relationship between workload and work stress. A quantitative method was used with sample of 53 employees with non-probability sampling techniques. Data collection technique by distributing questionnaires as research instruments with workload scale and work stress scale. The data analysis technique uses multiple linear regression with hypothesis testing using moderation regression analysis. The results of study showed: 1) there was an effect of workload on work stress in employees at supermarkets x. The value of *Rsquare* coefficient is 0.645, which means a strong relationship between the influence of workload variables on work stress variable by 64.5% and remaining 35.5% influenced by other variables.; 2) Gender doesnt moderate the effect of workload on work stress in employees. This can be caused by things arent considered such as: number of samples that arent balanced between men and women, job characteristics, and working period.*

Keyword : *Workload, Work Stress, Gender and Moderation.*

PENDAHULUAN

Swalayan adalah jenis ritel atau tempat usaha yang menjual barang kebutuhan konsumen seperti makanan dan minuman ringan serta barang rumah tangga dengan harga rendah, volume besar, dan penjualan yang besar. Tentu saja, peran ritel sangat penting untuk penjualan yang besar. Salah satu karyawan menjalankan penjualan skala besar dan skala kecil setiap hari. Pada dasarnya, hampir semua pekerja mungkin mengalami stres kerja, dan pekerjaan di toko adalah salah satu pekerjaan yang paling sering mengalami stres. Pekerjaan sebagai karyawan toko atau swalayan memerlukan perhatian dan ketelitian yang tinggi, meskipun tampak sepele seperti hanya menata barang. Selain itu, pekerja laki-laki dan perempuan dapat mengalami tingkat stres dan tekanan psikologis yang lebih tinggi jika mereka diawasi terus-menerus oleh atasan mereka.

Karyawan toko swalayan X adalah salah satu yang paling rentan mengalami stres kerja. Stres kerja dapat menurunkan kinerja karyawan dan perusahaan. Melalui wawancara dengan manajer di kantor pusat swalayan x, mereka

mengatakan bahwa cara perusahaan mengurangi stres karyawan adalah dengan menyediakan pantry yang dapat diakses kapan saja dengan berbagai macam makanan dan minuman instant, waktu istirahat yang cukup, mengadakan pertemuan keluarga di akhir tahun, dan bonus penjualan sebagai kompensasi non-pokok sebagai apresiasi dalam pekerjaan.

Menurut Mangkunegara (2017), stres kerja didefinisikan sebagai rasa tertekan yang dirasakan oleh seorang pekerja selama waktu mereka bekerja di tempat kerja mereka. Stres dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti emosi yang tidak stabil, rasa tidak tenang, kecenderungan untuk menyendiri, kesulitan tidur, cemas, kebiasaan merokok yang berlebihan, kesulitan untuk rileksasi, serta perasaan tegang dan gugup. Tekanan darah tinggi dan masalah pencernaan juga dapat disebabkan oleh stres kerja. Mereka yang mengalami gejala ini menunjukkan bahwa ada perubahan yang menyebabkan mereka tidak dapat bekerja dengan baik.

Robbins (2017) menyatakan bahwa stres adalah situasi yang terus berubah di mana seseorang dihadapkan pada tekanan, konflik, atau kesempatan yang terkait dengan sesuatu yang sangat diinginkan, dengan hasil yang dianggap tidak pasti namun signifikan. Robbins (2017) menyatakan bahwa stres memiliki tiga jenis gejala: gejala fisiologis termasuk perubahan metabolisme tubuh, peningkatan detak jantung dan pernapasan, kenaikan tekanan darah, risiko sakit kepala dan serangan jantung, dan gejala psikologis termasuk ketidakpuasan terhadap pekerjaan, tegang, cemas, kemarahan, rasa bosan, dan kecenderungan untuk menunda. Gejala perilaku termasuk peningkatan produktivitas, absensi dan tingkat turnover tenaga kerja, perubahan dalam kebiasaan makan, peningkatan konsumsi minuman keras dan merokok, bicara cepat, gelisah, dan ketidakteraturan jam tidur.

Stres kerja dapat disebabkan oleh beban kerja. Beban kerja, menurut Munandar (dalam Fitria 2020), adalah suatu kondisi pekerjaan dengan uraian tugas yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu. Beban kerja juga dapat dibedakan menjadi beban kerja berlebihan atau terlalu sedikit kuantitatif, yang terjadi ketika terlalu banyak atau sedikit tugas diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu, dan beban kerja berlebihan atau terlalu sedikit kualitatif, yang terjadi ketika terlalu banyak atau sedikit tugas diberikan kepada tenaga.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Munandar (Dalam Fitria 2020) dan pengertian lainnya, dapat disimpulkan bahwa beban kerja adalah sejauh mana kapasitas individu pekerja dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan kepadanya yang dapat diindikasikan dari jumlah pekerjaan yang harus dilakukan, waktu/batasan waktu yang dimiliki oleh pekerja dalam menyelesaikan tugasnya, serta pandangan subjektif individu tersebut mengenai pekerjaan yang diberikan kepadanya.

Menurut Munandar (2014) Aspek-aspek dalam beban kerja yaitu: 1) Beban Fisik, yaitu beban kerja yang berdampak pada gangguan kesehatan seperti pada sistem faal tubuh, jantung, pernapasan serta alat indera pada tubuh seseorang yang disebabkan oleh kondisi pekerjaan. Adapun indikator dari beban fisik yaitu : beban fisik fisiologis dan beban fisik biomekanika. 2) Beban Mental, merupakan beban kerja yang timbul saat karyawan melakukan aktivitas mental/psikis dilingkungan kerjanya. Adapun indikator dari beban mental yaitu : konsentrasi, adanya rasa bingung, kewaspadaan dan ketepatan pelayanan. 3) Beban waktu, merupakan beban kerja yang timbul saat karyawan dituntut untuk menyelesaikan tugas-tugasnya sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Adapun indikator beban waktu yaitu: kecepatan dalam mengerjakan pekerjaan dan mengerjakan pekerjaan dua/lebih dalam waktu yang sama.

Menurut Munandar (2016), mengklasifikasikan faktor-faktor beban kerja dalam pekerjaan dapat dibagi menjadi dua indikator; Pertama, Tuntutan Fisik, yaitu kondisi kerja tertentu dapat menghasilkan prestasi kerja yang optimal disamping dampaknya terhadap kinerja pegawai, kondisi fisik berdampak pula terhadap kesehatan mental seorang tenaga kerja. Kondisi fisik pekerja mempunyai pengaruh terhadap kondisi faal dan psikologi seseorang. Dalam hal ini bahwa kondisi kesehatan pegawai harus tetap dalam keadaan sehat saat melakukan pekerjaan, selain istirahat yang cukup juga dengan dukungan sarana tempat kerja yang nyaman dan memadai.

Kedua, Tuntutan tugas, yaitu Kerja shift/kerja malam sering kali menyebabkan kelelahan bagi para pegawai akibat dari beban kerja yang berlebihan. Beban kerja berlebihan dan beban kerja terlalu sedikit dapat berpengaruh terhadap kinerja pegawai. Beban kerja dapat dibedakan menjadi dua kategori yaitu: 1) Beban kerja terlalu banyak/sedikit "Kuantitatif" yang timbul akibat dari tugas tugas yang terlalu banyak/sedikit diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu; 2) Beban kerja berlebihan/terlalu sedikit Kualitatif yaitu jika orang merasa tidak mampu untuk melaksanakan suatu tugas atau melaksanakan tugas tidak menggunakan keterampilan dan atau potensi dari tenaga kerja.

Meskipun beban kerja objektif mungkin sama antara individu laki-laki dan perempuan dalam posisi yang setara, persepsi terhadap beban kerja dan cara penyesuaian terhadapnya bisa bervariasi. Misalnya, beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung merasakan tekanan lebih besar dari beban kerja karena adanya tanggung jawab tambahan di rumah tangga, yang dapat mempengaruhi persepsi stres mereka. Jenis kelamin juga dapat mempengaruhi strategi penyesuaian terhadap beban kerja. Laki-laki dan perempuan mungkin memiliki pendekatan yang berbeda dalam menanggapi tantangan dan tekanan yang ada dalam pekerjaan mereka.

Definisi konsep jenis kelamin menekankan pada perbedaan yang disebabkan perbedaan kromosom pada janin. Pengertian jenis kelamin secara biologis merupakan pensifatan atau pembagian dua jenis kelamin manusia yang ditentukan secara biologis, bersifat permanen (tidak dapat dipertukarkan antara laki-laki dan perempuan), dibawa sejak lahir dan merupakan pemberian Tuhan sebagai seorang laki-laki atau seorang perempuan. Istilah jenis kelamin merujuk kepada perbedaan jenis kelamin laki-laki dan perempuan secara biologis terutama yang berkaitan dengan prokreasi dan reproduksi. Laki-laki dicirikan dengan adanya sperma dan penis serta perempuan dicirikan dengan adanya sel telur, rahim, vagina, dan payudara.

METODE PENELITIAN

JENIS PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif. Menurut Sugiyono (2020) Penelitian kuantitatif berlandaskan pada filsafat positivisme atau berdasarkan data konkret yang telah dikumpulkan sesuai dengan kebutuhan. Penelitian ini dengan pendekatan survei yang menggunakan kuisioner sebagai instrumen penelitian. Sasaran penelitian ini adalah para pekerja baik karyawan maupun pekerja *outsourcing* dari berbagai bidang pekerjaan masing – masing. Fokus pembahasan penelitian ini terkait pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dengan moderator jenis kelamin pekerja dalam naungan swalayan x.

POPULASI DAN SAMPEL

Adapun populasi dalam penelitian ini merupakan karyawan di kantor pusat swalayan x, dan pekerja di swalayan x Gresik yg saat ini jika di jumlah terdapat 65 karyawan sebagai responden penelitian. Menurut Sugiyono (2017) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampel adalah bagian dari populasi dengan karakteristik yang telah ditentukan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* dalam teknik *non probability sampling*. Sugiyono (2020) Teknik *accidental sampling* atau *insidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan. Teknik ini digunakan peneliti untuk memilih sampel berdasarkan siapa saja yang kebetulan ditemui dan dianggap cocok sebagai sumber data. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 53 responden dengan kriteria yang digunakan adalah berjenis kelamin laki-laki maupun berjenis kelamin perempuan dan bekerja dalam naungan swalayan x.

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan menyebarkan kuisioner yang telah disusun oleh peneliti. Kuisioner ini berjenis skala likert disebarkan kepada responden untuk menjawab pernyataan yang dirasakan dan disesuaikan dengan alternatif jawaban yang telah di sediakan. Pengukuran menggunakan skala beban kerja yang berdasarkan pada teori Robbins (2017) stress adalah suatu kondisi dinamis dimana seseorang dikonfrontasikan dengan suatu peluang, kendala, atau tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkannya dan yang hasilnya dipersepsikan sebagai tidak pasti dan penting. Terdiri dari 30 aitem dengan masing-masing aitem favorabel sebanyak 16 aitem dan aitem unfavorabel sebanyak 14 aitem.

Selain itu Penelitian ini menggunakan skala beban kerja yang berdasarkan pada teori Munandar (2016) menyatakan beban kerja adalah tugas-tugas yang diberikan pada tenaga kerja atau karyawan untuk diselesaikan pada waktu tertentu dengan menggunakan keterampilan dan potensi dari tenaga kerja. Terdiri dari 30 aitem dengan masing-masing aitem favorabel sebanyak 18 aitem dan aitem unfavorabel sebanyak 12 aitem.

TEKNIK ANALISIS DATA

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi moderasi (*Moderated Regression Analysis*). Analisis dalam penelitian ini mengukur variabel jenis kelamin sebagai variabel moderasi untuk mengetahui apakah variabel jenis kelamin dapat memperkuat atau memperlemah hubungan variabel beban kerja (X) dan stress kerja (Y) pada karyawan di swalayan x. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan aplikasi komputer JASP (*Jeffry's Amazing Statistik Program*) versi 0.19.0.0.

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

ANALISIS DESKRIPTIF

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dengan jenis kelamin sebagai moderator pada karyawan swalayan x. jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 53 responden. Responden dalam penelitian terbagi dalam 3 kategori penempatan, pada penempatan kantor sebanyak 8 pekerja dengan presentase 15%, penempatan swalayan sebanyak 36 pekerja dengan presentase 68%, penempatan lain-lain sebanyak 9

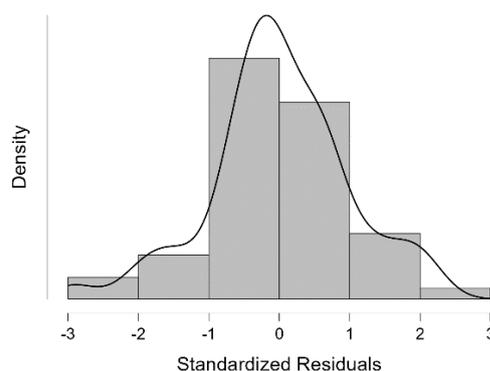
pekerja dengan presentase 17%, yang berarti mayoritas responden berasal dari pekerja yang ditempatkan pada bagian swalayan. Berdasarkan gambaran statistik juga diketahui bahwa sebanyak 33 pekerja dengan presentase 62% responden berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 20 pekerja dengan presentase 38% responden berjenis kelamin perempuan. Adapun dalam penelitian ini responden memiliki rentang usia antara 20 sampai 56 tahun. Subjek dengan usia 20-32 tahun sebanyak 83%, usia 33-45 tahun sebanyak 13%, usia 46-56 tahun sebanyak 4%. Sehingga dapat disimpulkan mayoritas subjek berusia antara 20 sampai 32 tahun dengan presentase tertinggi yaitu 83%. Selain itu gambaran deskriptif terkait kategori responden dalam 2 dari 3 variabel juga dihitung berdasarkan norma kategorisasi. Pertama, dalam penelitian ini responden memiliki nilai beban kerja dalam kategori sedang dengan presentase 64%. Kedua, responden dalam penelitian ini memiliki tingkat stres kerja dalam kategori sedang dengan presentase 62%.

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Dalam penelitian ini menggunakan 2 skala pengukuran yaitu skala beban kerja dan skala stres kerja. Uji validitas yang dilakukan menunjukkan bahwa aitem beban kerja dinyatakan sahih pada putaran kedua dengan 6 aitem dinyatakan gugur karena memiliki nilai $<0,30$ dan terdapat 24 aitem dinyatakan sahih karena memiliki nilai $>0,30$ pada putaran pertama. Serta aitem stres kerja dinyatakan sahih pada putaran kedua dengan 9 aitem gugur karena memiliki nilai $<0,30$ dan 21 aitem sahih karena memiliki nilai $>0,30$ pada putaran pertama. Adapun uji reliabilitas pada 2 skala menunjukkan hasil yang reliabilitas dengan nilai *cronbach alpha* skala beban kerja yaitu 0,916 dan reliabilitas skala stres kerja 0,905 yang dapat diartikan kedua skala tersebut reliabilitas dan baik digunakan untuk penelitian.

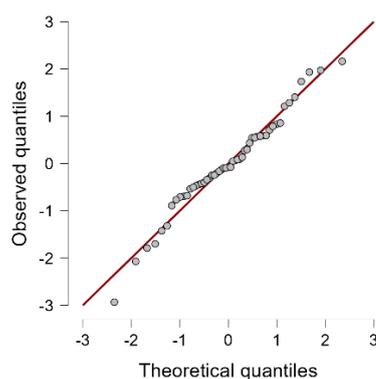
UJI ASUMSI

Adapun dalam penelitian ini melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinieritas. Hasil uji normalitas pada penelitian ini menggunakan analisis grafik *probability plots* dengan bantuan aplikasi komputer JASP (*Jeffry's Amazing Statistic Program*) versi 0.19.0.0. Data dikatakan berdistribusi normal apabila garis yang menggambarkan data sesungguhnya akan mengikuti garis diagonal.



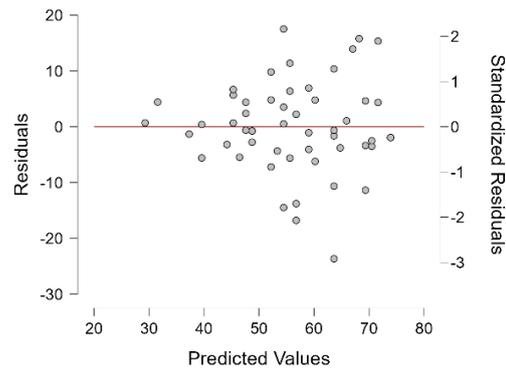
Gambar 1 Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan gambar 1 diatas uji normalitas menguji variabel residual berdistribusi secara normal dapat ditunjukkan dari bentuk garis kurva yang menyerupai lonceng atau mengikuti distribusi data. Selanjutnya dalam uji linieritas jika Data yang berdistribusi secara normal akan memiliki titik-titik berada didekat garis diagonal, begitu dengan sebaliknya. Jika titik-titik menyebar di atas atau di bawah garis diagonal, maka terdapat masalah pada penyebaran data.



Gambar 2 Hasil Uji Linieritas

Berdasarkan gambar 2 diatas sebaran titik-titik berada di sekitar garis diagonal, hal ini menunjukkan seluruh variabel stres kerja, variabel beban kerja, dan variabel jenis kelamin memiliki hubungan yang linier. Selain itu, Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik. Prasyarat yang harus terpenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya gejala heteroskedastisitas.



Gambar 3 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Berdasarkan gambar 3 diatas pola yang terlihat menunjukkan titik-titik tidak menghasilkan suatu pola yang tertentu, maka sebaran titik-titik menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas. Itu berarti variabel dalam penelitian ini memenuhi syarat sebagai penelitian model regresi. Dan uji multikolinieritas dilakukan untuk menentukan ada atau tidaknya korelasi antara variabel-variabel independen dalam model regresi. Idealnya model regresi yang baik tidak menunjukkan adanya korelasi antar variabel independen. Untuk mendeteksi multikolinieritas, dapat diperiksa nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* dan *tolerance*.

Model	Tolerance	VIF
M ₀ (Intercept)		
M ₁ (Intercept)		
Beban Kerja	0.981	1.020
JK	0.981	1.020

Tabel 1 Hasil Uji Multikolinieritas

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui hasil dari penelitian ini yaitu nilai *tolerance* 0,981 dan *VIF* 1.020 dinyatakan tidak terjadi multikolonieritas karena *tolerance* $\geq 0,10$ dan *VIF* ≤ 10 . Yang berarti kedua variabel independen dalam penelitian ini dapat dikatakan baik karena tidak adanya korelasi antar variabel beban kerja dan variabel jenis kelamin.

UJI HIPOTESIS

Untuk menguji hipotesis penelitian maka dalam penelitian ini juga dilakukan uji hipotesis dengan uji analisis regresi moderasi yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif dari variabel beban kerja terhadap stres kerja karyawan swalayan x. hasil ini ditunjukkan dengan hasil uji regresi linier pada tabel koefisien determinasi menunjukkan hubungan antara variabel dependen terhadap variabel independen seperti tabel berikut.

<i>Model Summary - Stres Kerja</i>				
Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
M ₀	0.000	0.000	0.000	13.517
M ₁	0.803	0.645	0.623	8.298

Note. M₁ includes Beban Kerja, Jenis Kelamin, Beban Kerja:Jenis Kelamin

Table 2 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Dengan uji koefisien determinasi pada table 2 menunjukkan nilai *R_{square}* 0,645 yang berarti terdapat hubungan yang cukup kuat pengaruh variabel beban kerja terhadap variabel stres kerja sebesar 64,5% dan sisanya sebesar 35,5%. Hal

ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa beban kerja memiliki pengaruh positif signifikan terhadap stres kerja menurut Astutik (2023). Hasil penelitian Mohune (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja yaitu sebanyak 60,4%. Stres akan semakin meningkat jika pekerja mengalami banyak tuntutan dalam pekerjaannya. Untuk melihat seberapa besar pengaruh variabel beban kerja terhadap variabel stres kerja terdapat pada table berikut.

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
M ₁	Regression	6127.022	3	2042.341	29.658	< .001
	Residual	3374.261	49	68.862		
	Jumlah	9501.283	52			

Note. M₁ includes Beban Kerja, Jenis Kelamin, Beban Kerja:Jenis Kelamin

Tabel 3 Hasil Uji Anova

Berdasarkan uji anova pada table 3 dapat diketahui bahwa nilai F_{hitung} sebesar 29,658 dengan p value <.001. Hal tersebut berarti terdapat pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan. Stres kerja dapat dipengaruhi terhadap beban kerja secara langsung. Beban kerja dapat merujuk pada jumlah tugas yang harus diselesaikan, tingkat kompleksitas pekerjaan, atau waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut. Sementara stres kerja merupakan respons emosional dan fisiologis terhadap ketidakcocokan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya individu. Berikut ini terdapat tabel yang menunjukkan apakah variabel jenis kelamin dapat memperkuat ataupun memperlemah hubungan antar variabel X dan variabel Y.

Coefficients						
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
M ₀	(Intercept)	56.226	1.857		30.282	< .001
M ₁	(Intercept)	9.830	15.036		0.654	0.516
	Beban Kerja	1.173	0.395	0.820	2.966	0.005
	Jenis Kelamin	2.740	9.601	0.099	0.285	0.777
	Beban Kerja * Jenis Kelamin	-0.027	0.246	-0.050	-0.108	0.914

Tabel 4 Hasil Uji Koefisien Regresi

Berdasarkan table 4 hasil analisis koefisien regresi diatas dapat diketahui bahwa nilai koefisien regresi dengan p value variabel beban kerja terhadap stres kerja adalah 0,005 yang berarti ada pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja. Adapun nilai p value variabel beban kerja terhadap stres kerja adalah 0,914 > 0,05 yang berarti tidak ada pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja jika ditinjau dari jenis kelamin. Bechr dan Newman dalam Luthans (2021) mendefinisikan stres kerja sebagai suatu kondisi yang timbul akibat interaksi antara individu dengan pekerjaan dan ditandai oleh perubahan diri yang menyimpang dari fungsi normal.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa berdasarkan perhitungan kategorisasi bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat stres kerja dan terbebani oleh pekerjaannya dalam kategori sedang. Dengan presentase tingkat stres kerja sebesar 62% dan presentase tingkat beban kerja sebesar 64%. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek tidak terlalu peduli dengan beban pekerjaan yang dapat mempengaruhi stres kerja mereka dan bisa mengelola pekerjaan dengan cukup baik sehingga tidak mengganggu *mood* ketika bekerja. Hal ini bisa menjadi lebih buruk ketika semakin tinggi beban kerja yang dirasakan seseorang, semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami. Ini berarti semakin banyak tugas atau semakin rumit pekerjaan, semakin besar kemungkinan individu merasa stres menurut Febrianto (2021).

Penelitian ini menghasilkan temuan dimana diketahui secara analisis moderator jenis kelamin tidak dapat memperkuat atau memperlemah pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan baik jenis kelamin laki-laki maupun jenis kelamin perempuan. Kedua jenis kelamin tersebut sama-sama mengalami stres kerja yang dipengaruhi oleh beban kerja tanpa memandang jenis kelamin. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriya (2021) yang menyatakan jenis kelamin bukan merupakan moderator dari konflik peran ganda terhadap stres kerja. Dalam penelitian Silvia (2023) jenis

kelamin tidak cukup mendukung untuk menjadi variabel moderator stres kerja terhadap *aggressive driving* pengemudi ojek online.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak yang berarti variabel jenis kelamin tidak dapat menjadi moderator antara pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan di swalayan x. Kondisi ini dapat terjadi dengan tidak melihat siapa dan apa jenis kelamin dari individu yang mengalami, dalam kata lain siapa saja dapat mengalami stres kerja yang disebabkan oleh beban pekerjaan yang berlebihan baik jenis kelamin laki-laki maupun jenis kelamin perempuan.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat disimpulkan bahwa uji koefisien determinasi memperoleh nilai R_{square} sebesar 0,645 yang artinya variabel stres kerja dipengaruhi beban kerja berpengaruh sebesar 64,5% terhadap stres kerja dan 35,5% dipengaruhi hal-hal lain. Diketahui uji anova memperoleh nilai F_{hitung} sebesar 29,658 dengan p value $<.001$. Hal tersebut berarti terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja karyawan.

Dalam uji koefisien regresi diperoleh nilai t_{hitung} koefisien regresi dengan p value variabel beban kerja terhadap stres kerja adalah $0,005 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja. Adapun berdasarkan pembahasan juga menunjukkan $0,914 > 0,05$ yang artinya tidak ada pengaruh antara pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dengan moderat jenis kelamin. Sehingga H_1 ditolak. Atau dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif antara beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan di swalayan x. Namun variabel jenis kelamin tidak memoderatori pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan di swalayan x.

SARAN

Penelitian ini diharapkan menjadi rujukan serta bahan perbandingan dalam penyusunan untuk penelitian yang linear, utamanya dalam studi tentang beban kerja, stres kerja dan jenis kelamin. Disarankan untuk peneliti selanjutnya memperhatikan faktor lain yang muncul juga memungkinkan dapat mempengaruhi. Faktor tersebut diantaranya faktor lingkungan, faktor organisasi, dan faktor pribadi. Serta memperhatikan jumlah sampel penelitian maupun ideologi jenis kelamin jika berkaitan dengan beban kerja dan stres kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aariani, Dian. (2018). *Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Kantor Dinas Tenaga Kerja Kota Makassar*. Skripsi. Makassar : Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Makassar Makassar.
- Astutik, R, & Wulandari, F (2023). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Dengan Conflict Work Family Sebagai Mediasi (Studi Kasus pada karyawan PT POS, eprints.iainsurakarta.ac.id, (http://eprints.iainsurakarta.ac.id/5984/1/Ratna%20astutik_195211039_MBS_Skripsi.pdf), diakses April 2024
- Bhasin, K. (2000). *Gender equality: A basic tool for women's empowerment*. London: Zed Books.
- Febrianto, D (2021). Analyzing Elementary English Teachers' Pronunciation Errors: Are We Intelligible?. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, [journal.staihubbulwathan.id](http://www.jurnal.staihubbulwathan.id), (<http://www.jurnal.staihubbulwathan.id/index.php/alishlah/article/view/814>), diakses 3 Agustus 2024
- Fitriya, P. (2021). *Pengaruh Tingkat Konflik Peran Ganda Terhadap Tingkat Stres Kerja Pada Pegawai Universitas X Dengan Jenis Kelamin sebagai Variable Moderat*. Skripsi. Gresik : Universitas Muhammadiyah.
- Fitria, N, Munandar, DS, & ... (2023). Manajemen Pengelolaan Media Pembelajaran Pendidikan Islam. *Edukasi Islami*, jurnal.staihalidayahbogor.ac.id, (<https://www.jurnal.staihalidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/32>), diakses Juli 2024
- Goss-Sampson, M (2019). *Statistical analysis in JASP: A guide for students.*, gala.gre.ac.uk, (<http://gala.gre.ac.uk/id/eprint/25585/>), diakses 29 Juni 2024
- Luthans, F, Luthans, BC, & Luthans, KW (2021). *Organizational behavior: An evidence-based approach fourteenth edition.*, books.google.com, (<https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=59QeEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=luthans+workload&ots=JNXHVMGUtP&sig=>

- [eGdev8N7o06xBWa6OpZoTOMdF7Q](#)), diakses 28 Agustus 2024.
- Mangkunegara, AP, & Prabu, A (2017). *Human resource management company*. Bandung: PT. Rosdakarya youth.
- Munandar, Ashar Sunyoto. (2014). *Psikologi Industri Dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Munandar, Ashar Sunyoto. (2016). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Mohune, PB, Ratag, BT, & Joseph, WBS (2018). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pekerja Unit Airport Rescue and Fire Fighting di Bandar Udara International Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*, [ejournal.unsrat.ac.id,\(https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22941\)](http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22941), diakses 30 September 2024
- Nurhanifah, H, & Susanty, AI (2023). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Di PT Xyz Kabupaten Bandung. *eProceedings .telkomuniversity.ac.id,(https://openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id/index.php/management/article/view/19377)*, diakses pada Juni 2024.
- Pratiwi, TY, & Betria, I (2021). Konflik Peran Ganda Dan Stres Kerja Pada Karyawan Perempuan. *Jurnal Ilmiah Cano Ekonomos*, [journal.upp.ac.id, \(https://journal.upp.ac.id/index.php/cano/article/view/1127\)](http://journal.upp.ac.id/(https://journal.upp.ac.id/index.php/cano/article/view/1127)), diakses Juni 2024
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Organizational behavior (15th ed.)*. Boston, MA: Pearson
- Safitri, HU (2020). Hubungan beban kerja dengan stres kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, [scholar.archive.org,\(https://scholar.archive.org/work/e75zn2zarvgo5cpjrd7gougbi/access/wayback/http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/4897/pdf\)](http://scholar.archive.org/(https://scholar.archive.org/work/e75zn2zarvgo5cpjrd7gougbi/access/wayback/http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/4897/pdf)), diakses Juni 2024
- Silvia, D (2023). Pengaruh Stres Kerja terhadap Aggressive Driving dengan Moderator Jenis Kelamin pada Pengemudi Ojek Online., [repository.uksw.edu, \(https://repository.uksw.edu/handle/123456789/29983\)](http://repository.uksw.edu/(https://repository.uksw.edu/handle/123456789/29983)), diakses 30 September 2024
- Sugiyono (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.