

ABSTRAK

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA KARYAWAN DI PT NBC INDONESIA

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
(ps21.nurfaza@mhs.ubpkarawang.ac.id)

Psychological well-being pada karyawan merupakan aspek krusial dalam dunia kerja, hal ini karena akan memengaruhi berbagai aspek dalam pekerjaan seperti semangat kerja, produktivitas, dan hubungan dengan rekan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh stres kerja terhadap *psychological well-being* pada karyawan di PT NBC INDONESIA. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kausal-Asosiatif, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Karyawan PT NBC INDONESIA yang berjumlah 241 dan sampel yang diambil sebanyak 150 karyawan berdasarkan perhitungan dengan menggunakan rumus slovin. Pengambilan data menggunakan skala psikologi, *Ryff's Psychological Well-being Scale* untuk mengukur skala *Psychological well-being* dan skala stres kerja menggunakan PSS-10. Teknik uji hipotesis yang digunakan adalah regresi linear sederhana. Berdasarkan uji analisis data didapatkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak artinya ada pengaruh stres kerja terhadap *psychological well-being* pada karyawan di PT NBC INDONESIA dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil koefisien determinasi menunjukan bahwa *R Square* yang dihasilkan sebesar 87,3%, **Artinya 87,3% tingkat *psychological well-being* karyawan di PT NBC INDONESIA dipengaruhi oleh stres kerja, sementara 12,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.**

Kata Kunci : Stres Kerja, *Psychological well-being*, Karyawan

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF WORK STRES ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN EMPLOYEES AT PT NBC INDONESIA INDONESIA

Faculty of Psychology Buana Perjuangan Karawang University
ps21.nurfaza@mhs.ubpkarawang.ac.id

Psychological well-being among employees is a crucial aspect in the workplace, as it affects various aspects of work such as work enthusiasm, productivity, and relationships with colleagues. This study aims to determine whether there is an effect of work-related stress on psychological well-being among employees at PT NBC INDONESIA. The study employs a quantitative method with a causal-associative design. The population consists of all 241 employees at PT NBC INDONESIA, with a sample size of 150 employees selected using the Slovin formula. Data collection used psychological scales, including Ryff's Psychological Well-being Scale to measure psychological well-being and the PSS-10 scale to measure work stress. The hypothesis testing technique used was simple linear regression. Based on the data analysis, it was found that H_a was accepted and H_0 was rejected, meaning that there is an effect of work stress on psychological well-being among employees at PT NBC INDONESIA with a significance level of $0.000 < 0.05$. The coefficient of determination results showed that the R Square value was 87.3%, meaning that 87.3% of the psychological well-being of employees at PT NBC INDONESIA was influenced by work stress, while 12.7% was influenced by other variables not investigated in this study.

Keywords: work stres, psychological well-being, employees