PENGARUH MOTIVASI DAN STRES KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT "X" EXPRESS DI KARAWANG

THE INFLUENCE OF MOTIVATION AND WORK STRESS ON THE PERFORMANCE OF EMPLOYEES AT PT "X" EXPRESS IN KARAWANG

Munif Rofiqi
22416261201085

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Manajemen

PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG
KARAWANG
TAHUN 2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama	: Munif Rofiqi
NIM	: 22416261201085
Tanda Tangan	: 
Tanggal	: 25 mei 2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Disusun oleh :

Nama	:	Munif Rofiqi
NIM	:	22416261201085
Judul	:	Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT "X" Express di Karawang

Menyetujui,

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
H. Asep Jamaludin, S.E., M.M.	Zenita Apriani, S.E., M.SM.
NIDN. 0422036902	NIDN. 0410049601

Program Studi Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ketua Program Studi

Dr. H. Suroso, S.E., M.M.
NIDN. 0402107707

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh :

Nama	:	Munif Rofiqi
NIM	:	22416261201085
Program Studi	:	Manajemen
Judul	:	Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT "X" Express di Karawang

DEWAN PENGUJI TUGAS AKHIR

	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Penguji 1 : Dr. H. Enjang Suherman, S.E., M.M.	.....	25 Mei 2026
2.	Penguji 2 : Zenita Apriani, S.E., M.SM.	.....	25 Mei 2026

Karawang, 25 Mei 2026

Mengetahui,

Dekan,	Ketua Program Studi,
Assoc. Prof. Dr. Cipta Wahyu, S.E., M.M.	Dr. H. Suroso, S.E., M.M.
NIDN. 0214088301	NIDN. 0402107707

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Munif Rofiqi
NIM	:	22416261201085
Program Studi	:	Manajemen
Tahun Akademik	:	2025/2026

Menyatakan bahwa tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Tugas Akhir saya yang berjudul :

"Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT "X" Express di Karawang"

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Karawang, 25 Mei 2026



Munif Rofiqi

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Buana Perjuangan Karawang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Munif Rofiqi
NIM	:	22416261201085
Program Studi	:	Manajemen
Fakultas	:	Ekonomi dan Bisnis
Jenis Karya	:	Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Buana Perjuangan Karawang **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

"Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT "X" Express di Karawang"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Buana Perjuangan Karawang berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Karawang
Pada tanggal : 25 Mei 2026

Yang menyatakan,



Munif Rofiqi

ABSTRAK

Perkembangan industri jasa pengiriman pada era persaingan yang semakin ketat menuntut perusahaan untuk menjaga dan meningkatkan kinerja karyawan, khususnya kurir sebagai ujung tombak layanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh motivasi kerja dan stres kerja terhadap kinerja karyawan PT "X" Express di Karawang, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian mencakup seluruh karyawan PT "X" Express di Karawang, dengan sampel sebanyak 100 responden yang ditentukan melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala Likert dan dianalisis dengan regresi linear berganda berbantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05 dan koefisien regresi sebesar 1,749. Sebaliknya, stres kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja karyawan dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05 dan koefisien regresi sebesar -0,384. Secara simultan, motivasi kerja dan stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05 dan nilai F hitung sebesar 103,368. Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,681 menunjukkan bahwa 68,1% variasi kinerja karyawan dapat dijelaskan oleh motivasi kerja dan stres kerja, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan motivasi kerja dan pengelolaan stres kerja yang efektif merupakan faktor penting dalam meningkatkan kinerja karyawan PT "X" Express di Karawang. Implikasi penelitian ini memberikan dasar praktis bagi manajemen perusahaan jasa pengiriman dalam merumuskan strategi pengelolaan sumber daya manusia yang berorientasi pada peningkatan motivasi, pengendalian stres kerja, dan optimalisasi kinerja karyawan.

Kata kunci: Motivasi Kerja; Stres Kerja; Kinerja Karyawan; Jasa Pengiriman; Manajemen Sumber Daya Manusia

ABSTRACT

The development of the delivery service industry in an era of increasingly intense competition requires companies to maintain and improve employee performance, particularly couriers as the frontline of service delivery. This study aims to determine and analyze the effect of work motivation and work stress on employee performance at PT "X" Express in Karawang, both partially and simultaneously. This study used a quantitative approach with a correlational design. The research population included all employees of PT "X" Express in Karawang, with a sample of 100 respondents determined through purposive sampling. Data were collected through questionnaire distribution using a Likert scale and analyzed using multiple linear regression with the assistance of SPSS. The results show that work motivation has a positive and significant effect on employee performance, with a significance value of 0.000 < 0.05 and a regression coefficient of 1.749. Conversely, work stress has a negative and significant effect on employee performance, with a significance value of 0.000 < 0.05 and a regression coefficient of -0.384. Simultaneously, work motivation and work stress have a significant effect on employee performance, with a significance value of 0.000 < 0.05 and a calculated F value of 103.368. The coefficient of determination (R Square) value of 0.681 indicates that 68.1% of the variation in employee performance can be explained by work motivation and work stress, while the remainder is influenced by other variables outside this study. These findings confirm that increasing work motivation and effectively managing work stress are important factors in improving employee performance at PT "X" Express in Karawang. The implications of this study provide a practical basis for the management of delivery service companies in formulating human resource management strategies oriented toward increasing motivation, controlling work stress, and optimizing employee performance.

Keywords: Work Motivation; Work Stress; Employee Performance; Delivery Services; Human Resource Management

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT beserta junjungan Nabi Muhammad SAW, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen Program Studi Manajemen pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Pada kesempatan ini, penulis memberikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak H. Asep Jamaludin, S.E., M.M., selaku pembimbing utama dan Ibu Zenita Apriani, S.E., M.M., selaku pembimbing pendamping yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan selama ini serta motivasi kepada penulis yang kemudian membuka cakrawala berpikir penulis.

Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Yanti Tayo, S.Psi., M.Ikom. selaku Ketua Yayasan Buana Pangkal Perjuangan Karawang.
2. Assoc. Prof. Dr. H. Budi Rismayadi , S.E., M.M. selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Assoc. Prof. Dr. Citra Savitri, S.E., M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Dr. H. Suroso, S.E., M.M. selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Buana Perjuangan Karawang.
5. Bapak owner PT “X” Express Karawang dan beserta jajaran yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
6. Kepada seluruh Dosen dan Staf serta pihak-pihak lainnya yang membantu penulisan Tugas Akhir, penulis ucapkan banyak terima kasih.

7. Kepada para teman dan sahabat mahasiswa yang telah memberikan motivasi dan kerjasama yang baik sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai yang diharapkan.

Terakhir dan yang paling utama Orangtua penulis yang menjadi bagian kebahagiaan tersendiri karna telah banyak mendorong semangat dan motivasi kepada penulis sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan pada waktunya

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Karawang, 25 Mei 2026

Munif Rofiqi