

ABSTRAKSI

Nida Ul Hurriyyah, Nomor Induk Mahasiswa 152190112, Program Studi Ilmu Administrasi Bisnis Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Yogyakarta, Judul Penelitian “Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap *Work Life Balance* Serta Dampaknya Terhadap Stres Kerja Karyawan” (Studi pada Karyawan Super Dazzle Gejayan), 2024. Dosen Pembimbing I Meilan Sugiarto.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap *Work Life Balance* Serta Dampaknya Terhadap Stres Kerja Karyawan. Penelitian ini menggunakan tipe *explanatory research*. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan Super Dazzle Gejayan dengan ukuran sampel pada penelitian ini sebanyak 53 Responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* dengan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan Analisis Statistik Deskriptif dan Analisis Statistik Inferensial menggunakan metode SEM dengan program *SmartPLS 3.0*.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa Beban Kerja berpengaruh signifikan terhadap *Work Life Balance*, Lingkungan Kerja berpengaruh signifikan terhadap *Work Life Balance*, Beban Kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres Kerja, Lingkungan Kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres Kerja, *Work Life Balance* berpengaruh signifikan terhadap Stres Kerja, Beban Kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres Kerja melalui *Work Life Balance*, dan Lingkungan Kerja berpengaruh signifikan terhadap Stres Kerja melalui *Work Life Balance*.

Berdasarkan hasil penelitian, Super Dazzle Gejayan diharapkan dapat memperhatikan aspek beban kerja dan lingkungan kerja pada setiap karyawan sehingga karyawan akan merasakan keseimbangan kehidupan kerja yang baik sehingga akan lebih nyaman dalam bekerja dan minim merasakan stress kerja.

Kata Kunci: beban kerja, lingkungan kerja, *work life balance*, dan stres kerja