

ABSTRAK

Anggraini Puspita Sari, Nomor Induk Mahasiswa 152210150, Jurusan Ilmu Administrasi Bisnis Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Yogyakarta. Judul Penelitian “Pengaruh *work life balance* dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan melalui stres kerja sebagai variabel *intervening* (Studi pada karyawan PT. PLN (Persero) ULP Pacitan)”. Dosen Pembimbing: Ida Susi Dewanti.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh *work life balance* dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan dengan stres kerja sebagai variabel *intervening*. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya indikasi stres kerja yang dialami karyawan, dipengaruhi oleh ketidakseimbangan antara beban kerja dan waktu pribadi, serta kondisi lingkungan kerja yang kurang optimal.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan PT. PLN (Persero) ULP Pacitan sejumlah 116 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 61 responden yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan metode *Partial Least Square* (PLS) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS 4.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work life balance* dan lingkungan kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap stres kerja, serta berpengaruh positif signifikan terhadap kinerja karyawan. Stres kerja terbukti berpengaruh negatif signifikan terhadap kinerja karyawan. Selain itu, stres kerja juga mampu memediasi hubungan antara *work life balance* dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengelolaan stres kerja yang efektif, penciptaan lingkungan kerja yang mendukung, serta keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi merupakan faktor penting dalam meningkatkan kinerja karyawan.

Kata Kunci : *Work Life Balance*, Lingkungan Kerja, Stres Kerja, Kinerja Karyawan.