

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis pengaruh stres kerja, beban kerja yang berlebihan, dan lingkungan kerja terhadap intensi keluar pada pegawai PT PLN (Persero) UP3 Kudus. Menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei, penelitian ini melibatkan 150 responden yang merupakan pegawai aktif di perusahaan tersebut. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang untuk mengukur tingkat stres kerja, beban kerja, kualitas lingkungan kerja, dan intensi keluar. Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi linier berganda untuk mengetahui hubungan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja dan beban kerja yang berlebihan memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap intensi keluar pegawai. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat stres dan beban kerja yang dirasakan oleh pegawai, semakin besar kemungkinan mereka untuk memiliki intensi keluar dari perusahaan. Sebaliknya, lingkungan kerja yang baik memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap intensi keluar, artinya lingkungan kerja yang nyaman dan mendukung dapat mengurangi keinginan pegawai untuk meninggalkan perusahaan. Temuan ini menekankan pentingnya manajemen yang efektif dalam mengelola stres dan beban kerja, serta menciptakan lingkungan kerja yang kondusif bagi kesejahteraan pegawai. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya PT PLN (Persero) UP3 Kudus untuk memperhatikan faktor-faktor yang dapat memengaruhi intensi keluar pegawai. Perusahaan disarankan untuk mengimplementasikan kebijakan dan program yang bertujuan untuk mengurangi stres kerja dan beban kerja yang berlebihan, serta meningkatkan kualitas lingkungan kerja. Dengan demikian, perusahaan dapat meningkatkan kepuasan dan loyalitas pegawai, serta mengurangi tingkat turnover yang berdampak negatif bagi produktivitas dan kinerja organisasi.

Kata kunci: stress kerja, lingkungan kerja, beban kerja, intensi keluar

ABSTRACT

This study aims to identify and analyze the influence of job stress, excessive workload, and work environment on turnover intention among employees at PT PLN (Persero) UP3 Kudus. Using a quantitative method with a survey approach, this study involved 150 respondents who are active employees in the company. Data were collected through questionnaires designed to measure the level of job stress, workload, work environment quality, and turnover intention. Data analysis was conducted using multiple linear regression techniques to determine the relationship and influence of independent variables on the dependent variable. The results of the study show that job stress and excessive workload have a significant positive influence on employees' turnover intention. This indicates that the higher the level of stress and workload perceived by employees, the greater their likelihood of having the intention to leave the company. Conversely, a good work environment has a significant negative influence on turnover intention, meaning that a comfortable and supportive work environment can reduce employees' desire to leave the company. These findings highlight the importance of effective management in managing stress and workload, as well as creating a conducive work environment for employee well-being. The practical implications of this study suggest that PT PLN (Persero) UP3 Kudus needs to pay attention to the factors that can influence employees' turnover intention. The company is advised to implement policies and programs aimed at reducing job stress and excessive workload, as well as improving the quality of the work environment. By doing so, the company can increase employee satisfaction and loyalty, and reduce turnover rates that negatively impact organizational productivity and performance.

Keywords: job stress, work environment, work overload, turnover intention