

**PENGARUH PERSEPSI BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA  
KARYAWAN YANG MELAKUKAN WORK FROM HOME (WFH) DI PT.  
AGRINESIA RAYA CABANG YOGYAKARTA**

**Ivanka Rizki Maudina  
Dian Yudhawati**

Program Studi Psikologi, Fakultas Bisnis & Humaniora  
Universitas Teknologi Yogyakarta  
Email : [ivankarizki17@gmail.com](mailto:ivankarizki17@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Adanya pandemi Covid-19 ini membuat beberapa perusahaan melakukan Work From Home (WFH) demi mengatasi putusnya rantai Covid-19 ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh persepsi beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan yang melakukan Work From Home (WFH) di PT Agrinesia Raya Cabang Yogyakarta. Penelitian ini mengambil 55 responden karyawan yang melakukan Work From Home (WFH) menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, skala yang digunakan skala persepsi beban kerja dan skala stres kerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat persepsi beban kerja dan stres kerja yang dirasakan oleh karyawan yang melakukan Work From Home (WFH) sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan signifikansi sebesar 0,023 ( $p < 0,05$ ) yang artinya lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis ( $H_a$ ) diterima. Pada sumbangan efektif terdapat 23% persepsi beban kerja mempengaruhi stres kerja. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan yang melakukan Work From Home (WFH) PT. Agrinesia Raya Cabang Yogyakarta.*

**Kata kunci** : Karyawan, Persepsi Beban Kerja, Stres Kerja, Work From Home

# **THE EFFECT OF WORKLOAD PERCEPTION ON WORK STRESS ON EMPLOYEES WHO WORK FROM HOME (WFH) AT PT. AGRINESIA RAYA YOGYAKARTA BRANCH**

**Ivanka Rizki Maudina  
Dian Yudhawati**

Departemen of Psychology, Faculty of Business & Humanities,  
University of Technology Yogyakarta.  
Email : [ivankarizki17@gmail.com](mailto:ivankarizki17@gmail.com)

## **ABSTRACT**

*The existence of the Covid-19 pandemic has forced several companies to do Work From Home (WFH) in order to overcome the breaking of the Covid-19 chain. The purpose of this study was to determine the effect of perceived workload on work stress on employees who do Work From Home (WFH) at PT Agrinesia Raya Yogyakarta Branch. This study took 55 employee respondents who did Work From Home (WFH) using purposive sampling technique. This study uses quantitative research methods, the scale used is the workload scale and the work stress scale. The results of this study indicate that the level of perception of workload and work stress felt by employees who do Work From Home (WFH) is moderate. The results of this study indicate a significance of 0.023 ( $p < 0.05$ ) which means it is smaller than 0.05, so the null hypothesis ( $H_0$ ) is rejected and the hypothesis ( $H_a$ ) is accepted. In the effective contribution, there are 23% perceptions of workload affecting work stress. Thus the hypothesis in this study is that there is an effect of workload on work stress on employees who do Work From Home (WFH) PT. Agrinesia Raya Yogyakarta Branch.*

**Keywords:** *Employees, Workload Perception, Work Stress, Work From Home*