

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Stress Kerja dan juga Kinerja Karyawan yang di mediasi oleh Work Life Balance, penelitian ini dilakukan di PT PERTAMINA REFINERY UNIT IV Cilacap.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif serta pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan kuesioner google form. Penelitian ini melibatkan 170 responden yang merupakan karyawan PT PERTAMINA REFINERY UNIT IV Cilacap yang bekerja di Head Office, kemudian data responden tersebut akan dijadikan sampel untuk diolah menggunakan aplikasi SEM AMOS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Stress Kerja berpengaruh negative signifikan terhadap Kinerja Karyawan dan Work Life Balance. Sedangkan untuk Work Life Balance berpengaruh positif Signifikan terhadap Kinerja Karyawan. Peran Work Life Balance sebagai mediasi juga berpengaruh melalui pengujian efek mediasi diperoleh bahwa *work life balance* memiliki efek mediasi yang signifikan pada pengaruh stress kerja terhadap kinerja karyawan.

Kata Kunci : Stress Kerja, Kinerja Karyawan, *Work Life Balance*