

Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas Kerja

Ibrahim Bali Pamungkas^{1*}, Laura Komala², Nanda Rodiyana³

Universitas Pamulang Indonesia^{1, 2, 3}

Email: dosen01015@unpam.ac.id

Article Information:

Article history

Received: 2026-06-24

Revised: 2026-08-14

Accepted: 2026-08-18

Copyright (c) 2026 Ibrahim
Bali Pamungkas, Laura
Komala, Nanda Rodiyana

Keywords: Workload,
Technology Support,
Productivity, Freelancer,
Digital Economy

Kata kunci: Beban Kerja,
Dukungan Teknologi,
Produktivitas, Pekerja
Lepas, Ekonomi Digital

© ⓘ CC-BY 4.0

**Creative Commons
Attribution 4.0
International**

*This license requires that
reusers give credit to the
creator. It allows reusers to
distribute, remix, adapt,
and build upon the material
in any medium or format,
even for commercial
purposes.*

Abstract

Purpose: This research aims to analyze the effect of workload on freelancer productivity, the effect of technology support on freelancer productivity, and the simultaneous effect of both variables on freelancer productivity in the context of the rapidly growing digital economy.

Methodology: This study employs a quantitative associative approach. Data were collected through questionnaires distributed to 100 active freelancers working on digital platforms. The data were analyzed using multiple linear regression with SPSS, including validity tests, reliability tests, classical assumption tests, partial tests, simultaneous tests, and coefficient of determination to examine the relationships between variables.

Research Findings: The results indicate that workload and technology support significantly influence freelancer productivity both partially and simultaneously. Technology support emerges as the most dominant factor in enhancing productivity compared to workload, showing that digital tools, internet access, and technological capabilities play a crucial role in improving work efficiency.

Contribution: This study contributes to human resource management literature by developing an integrated model of technology utilization and workload on freelancer productivity. Its novelty lies in focusing on digital-platform freelancers, an underexplored workforce context, and examining both factors simultaneously. Practically, the findings highlight the importance of optimizing technology use and managing workload to support sustainable productivity.

Abstrak

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja terhadap produktivitas pekerja lepas, pengaruh dukungan teknologi terhadap produktivitas pekerja lepas, serta pengaruh keduanya secara simultan dalam konteks perkembangan ekonomi digital yang semakin pesat.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada 100 pekerja lepas yang bekerja pada platform digital. Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS, yang meliputi uji validitas, uji reliabilitas, uji asumsi klasik, uji parsial, uji



simultan, dan koefisien determinasi untuk menguji hubungan antarvariabel.

Temuan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja dan dukungan teknologi berpengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja lepas baik secara parsial maupun simultan. Dukungan teknologi terbukti menjadi faktor yang paling dominan dalam meningkatkan produktivitas, karena berperan dalam meningkatkan efisiensi kerja, mempercepat penyelesaian tugas, serta mempermudah komunikasi dan pengelolaan pekerjaan berbasis digital.

Kontribusi: Penelitian ini berkontribusi pada literatur manajemen sumber daya manusia dengan mengembangkan model terintegrasi mengenai pemanfaatan teknologi dan beban kerja terhadap produktivitas freelancer. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap freelancer pada platform digital, yang masih relatif kurang diteliti, serta menguji kedua faktor tersebut secara simultan. Secara praktis, temuan penelitian ini menekankan pentingnya mengoptimalkan penggunaan teknologi dan mengelola beban kerja untuk mendukung produktivitas pekerja lepas yang berkelanjutan.

PENDAHULUAN

Transformasi ekonomi digital telah membawa perubahan signifikan terhadap struktur pasar tenaga kerja global, termasuk di Indonesia, dengan munculnya pola kerja berbasis platform yang lebih fleksibel, dinamis, dan berbasis proyek (Wood & Lehdonvirta, 2021)). Perkembangan teknologi informasi, internet berkecepatan tinggi, serta sistem kerja digital berbasis platform telah mendorong meningkatnya jumlah pekerja lepas (freelancer) yang tidak lagi terikat oleh hubungan kerja konvensional. Kondisi ini menunjukkan bahwa perubahan lanskap ketenagakerjaan tidak hanya bersifat struktural, tetapi juga mencerminkan transformasi cara individu memperoleh penghasilan dalam era digital, sehingga topik mengenai produktivitas pekerja lepas menjadi semakin penting untuk dikaji secara ilmiah.

Urgensi penelitian ini diperkuat oleh meningkatnya peran pekerja lepas dalam mendukung perekonomian digital di Indonesia, khususnya pada sektor ekonomi kreatif yang terus berkembang. Fenomena ini menunjukkan bahwa freelancer telah menjadi bagian penting dalam sistem ketenagakerjaan modern, sejalan dengan konsep gig economy yang menjelaskan bahwa digitalisasi mendorong terbentuknya pasar kerja berbasis kontrak jangka pendek dengan fleksibilitas tinggi (Thesa et al., 2024)). Namun demikian, peningkatan jumlah pekerja lepas juga diiringi dengan tantangan berupa tuntutan produktivitas yang tinggi, persaingan global, serta ketergantungan terhadap teknologi digital yang tidak selalu merata.

Dalam kajian literatur terkini, produktivitas pekerja lepas dipahami sebagai hasil interaksi antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya yang dimiliki individu. Beban kerja yang tinggi dapat menjadi faktor penekan yang menurunkan kinerja apabila tidak diimbangi kemampuan adaptasi yang memadai, sebagaimana dijelaskan dalam Workload Theory yang menekankan bahwa kelebihan beban kerja dapat menyebabkan kelelahan dan penurunan performa (LePine, 2022). Di sisi lain, Job Demands-Resources Theory (JD-R) menegaskan bahwa keseimbangan antara tuntutan kerja dan sumber daya seperti dukungan teknologi sangat menentukan

tingkat produktivitas individu dalam lingkungan kerja digital (Bakker & Demerouti, 2024). Hal ini diperkuat oleh temuan penelitian yang menunjukkan bahwa dalam konteks gig economy, dukungan teknologi merupakan faktor penting yang secara konsisten meningkatkan efisiensi dan produktivitas kerja (Duggan et al., 2020)

Peran teknologi dalam meningkatkan produktivitas juga semakin relevan dalam era digital saat ini. Technology Acceptance Model (TAM) menjelaskan bahwa tingkat penerimaan teknologi oleh individu dipengaruhi oleh persepsi kemudahan dan manfaat penggunaan teknologi tersebut, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kinerja kerja (Mandulangi, 2025). Selain itu, Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UTAUT) menegaskan bahwa dukungan fasilitas dan kemudahan akses teknologi menjadi faktor penting dalam menentukan intensitas penggunaan teknologi oleh individu dalam bekerja (Venkatesh, 2022). Dalam konteks pekerja lepas, teknologi tidak hanya menjadi alat kerja, tetapi juga sumber daya utama dalam menyelesaikan pekerjaan secara efektif dan efisien.

Meskipun demikian, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengaruh beban kerja dan dukungan teknologi terhadap produktivitas masih belum konsisten. Beberapa studi menunjukkan bahwa beban kerja dapat berdampak negatif terhadap produktivitas karena meningkatkan stres kerja, sementara penelitian lain menunjukkan bahwa beban kerja yang optimal justru dapat meningkatkan kinerja individu (Haryono et al., 2020). Di sisi lain, dukungan teknologi terbukti memiliki pengaruh positif yang lebih stabil terhadap produktivitas, khususnya dalam lingkungan kerja digital (Inceoglu et al., 2024). Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada pekerja formal, sehingga belum sepenuhnya merepresentasikan karakteristik pekerja lepas yang lebih fleksibel dan berbasis proyek.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat kesenjangan penelitian (research gap) yang menunjukkan bahwa studi mengenai produktivitas pekerja lepas di Indonesia masih relatif terbatas, khususnya yang menguji pengaruh beban kerja dan dukungan teknologi secara simultan. Selain itu, karakteristik pekerja lepas yang sangat bergantung pada teknologi digital serta fleksibilitas kerja yang tinggi membuat hasil penelitian pada pekerja formal tidak selalu dapat digeneralisasi pada konteks gig economy. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih spesifik untuk memahami dinamika produktivitas dalam konteks pekerja lepas.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja dan dukungan teknologi terhadap produktivitas pekerja lepas di Indonesia. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian simultan kedua variabel dalam satu model analisis pada konteks pekerja lepas yang masih jarang diteliti dalam literatur manajemen sumber daya manusia digital. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian gig economy serta kontribusi praktis bagi pekerja lepas, platform digital, dan pembuat kebijakan dalam meningkatkan produktivitas kerja di era transformasi digital.

TINJAUAN LITERATUR

Beban Kerja

Beban kerja merupakan sejumlah tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan oleh individu dalam periode waktu tertentu dengan memanfaatkan kapasitas fisik maupun mental yang dimiliki. Dalam lingkungan kerja digital, beban kerja tidak hanya berkaitan dengan jumlah tugas, tetapi juga kompleksitas pekerjaan, tekanan waktu, tuntutan teknologi, dan kebutuhan untuk terus beradaptasi dengan perubahan sistem kerja. Penelitian terkini menunjukkan bahwa peningkatan digitalisasi kerja memiliki hubungan yang erat dengan perubahan tingkat beban kerja karyawan, baik dalam bentuk peningkatan maupun penurunan tuntutan pekerjaan tergantung pada kemampuan individu dalam mengelola teknologi kerja.

Menurut Demerouti & Bakker (2023) melalui Job Demands-Resources Theory (JD-R), beban kerja merupakan bagian dari job demands yang membutuhkan usaha fisik dan psikologis secara berkelanjutan sehingga dapat menimbulkan kelelahan apabila tidak diimbangi dengan sumber daya kerja yang memadai. Tingginya tuntutan pekerjaan berpotensi menurunkan kesejahteraan dan produktivitas individu apabila berlangsung dalam jangka panjang. Demerouti dan Bakker (2023) menjelaskan bahwa perkembangan lingkungan kerja modern menyebabkan munculnya bentuk-bentuk baru beban kerja, seperti digital workload, yaitu tekanan yang muncul akibat penggunaan teknologi digital secara intensif dalam pekerjaan. Kondisi ini semakin banyak ditemukan pada pekerja digital dan pekerja lepas yang sangat bergantung pada teknologi dalam menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan.

Scholze & Hecker (2023) mengemukakan bahwa beban kerja pada era digital tidak hanya bersifat kuantitatif tetapi juga kognitif. Pekerja dituntut untuk memproses informasi dalam jumlah besar, melakukan multitasking, serta beradaptasi dengan berbagai platform digital secara bersamaan. Tuntutan tersebut berpotensi meningkatkan stres kerja apabila tidak dikelola dengan baik. Beban kerja yang tinggi dapat menurunkan produktivitas kerja melalui peningkatan kelelahan dan terganggunya keseimbangan kehidupan kerja (work-life balance). Semakin besar tekanan pekerjaan yang diterima individu, semakin besar pula kemungkinan terjadinya penurunan efektivitas kerja. Selain itu, Fansury & Munawaroh (2026) menjelaskan bahwa beban kerja memiliki hubungan negatif terhadap produktivitas kerja, terutama ketika individu tidak memperoleh dukungan yang memadai dari lingkungan kerja maupun sistem pendukung lainnya. Dukungan sosial dan sumber daya kerja terbukti mampu mengurangi dampak negatif tingginya beban kerja terhadap kinerja individu.

Berdasarkan berbagai teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa beban kerja merupakan tingkat tuntutan pekerjaan fisik, mental, maupun digital yang harus diselesaikan individu dalam jangka waktu tertentu dan berpotensi memengaruhi produktivitas kerja apabila melebihi kapasitas yang dimiliki pekerja.

Dukungan Teknologi

Dukungan teknologi merupakan ketersediaan dan pemanfaatan perangkat keras, perangkat lunak, jaringan internet, sistem informasi, serta kemampuan digital yang mendukung pelaksanaan pekerjaan secara efektif dan efisien. Dalam era ekonomi digital, teknologi menjadi sumber daya utama yang memungkinkan individu bekerja secara fleksibel

tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Menurut Venkatesh (2022) melalui pengembangan *Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UTAUT)*, tingkat pemanfaatan teknologi sangat dipengaruhi oleh persepsi manfaat, kemudahan penggunaan, dukungan organisasi, dan kondisi fasilitas yang tersedia. Semakin baik dukungan teknologi yang diterima individu, semakin tinggi kemungkinan teknologi digunakan secara optimal untuk meningkatkan kinerja.

Sharma (2023) melalui *Digital Capability Theory* menjelaskan bahwa kemampuan memanfaatkan teknologi digital merupakan sumber keunggulan kompetitif yang penting dalam lingkungan kerja modern. Individu yang memiliki kemampuan digital tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi terhadap perubahan teknologi dan mampu menghasilkan produktivitas yang lebih baik. Tarafdar et al., (2022) melalui *Socio-Technical Systems Theory* menjelaskan bahwa efektivitas kerja tidak hanya ditentukan oleh faktor manusia tetapi juga oleh kualitas sistem teknologi yang digunakan. Hubungan yang harmonis antara aspek sosial dan teknologi akan menghasilkan kinerja yang lebih optimal.

Zacher & Rudolph (2024) menemukan bahwa digitalisasi tempat kerja memiliki hubungan timbal balik dengan beban kerja. Teknologi dapat meningkatkan efisiensi kerja, namun apabila tidak dikelola secara tepat juga dapat menciptakan tuntutan kerja baru. Oleh karena itu, kualitas dukungan teknologi menjadi faktor penting dalam menentukan keberhasilan transformasi digital di lingkungan kerja. Saryadi (2025) menjelaskan bahwa penggunaan teknologi digital dalam sistem kerja jarak jauh mampu meningkatkan efektivitas dan produktivitas kerja melalui penghematan waktu, peningkatan koordinasi, serta kemudahan akses terhadap informasi dan sumber daya pekerjaan.

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, dukungan teknologi dapat dipahami sebagai seluruh fasilitas teknologi dan kemampuan digital yang membantu individu dalam melaksanakan pekerjaan secara efektif, efisien, dan produktif.

Produktivitas Kerja

Produktivitas kerja merupakan kemampuan individu menghasilkan output kerja secara efektif dan efisien sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Produktivitas tidak hanya diukur dari jumlah hasil kerja yang dihasilkan, tetapi juga kualitas, ketepatan waktu, dan pemanfaatan sumber daya secara optimal.

Suprpto et al., (2023) menjelaskan bahwa produktivitas merupakan hasil dari keseimbangan antara tuntutan pekerjaan (*job demands*) dan sumber daya kerja (*job resources*). Individu yang memperoleh dukungan sumber daya yang memadai cenderung memiliki tingkat produktivitas yang lebih tinggi dibandingkan individu yang menghadapi tuntutan kerja berlebihan tanpa dukungan yang cukup. Ong & Johnson (2023) melalui pengembangan teori konfigurasi *Job Demands and Resources* menyatakan bahwa produktivitas dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor pekerjaan, bukan oleh satu faktor tunggal. Faktor-faktor tersebut meliputi beban kerja, dukungan organisasi, fleksibilitas kerja, serta dukungan teknologi yang tersedia.

Produktivitas kerja memiliki hubungan yang erat dengan kesejahteraan psikologis, kesehatan mental, dan kepuasan kerja. Individu yang memiliki kondisi psikologis yang baik cenderung mampu bekerja lebih efektif dan menghasilkan kinerja yang lebih tinggi.

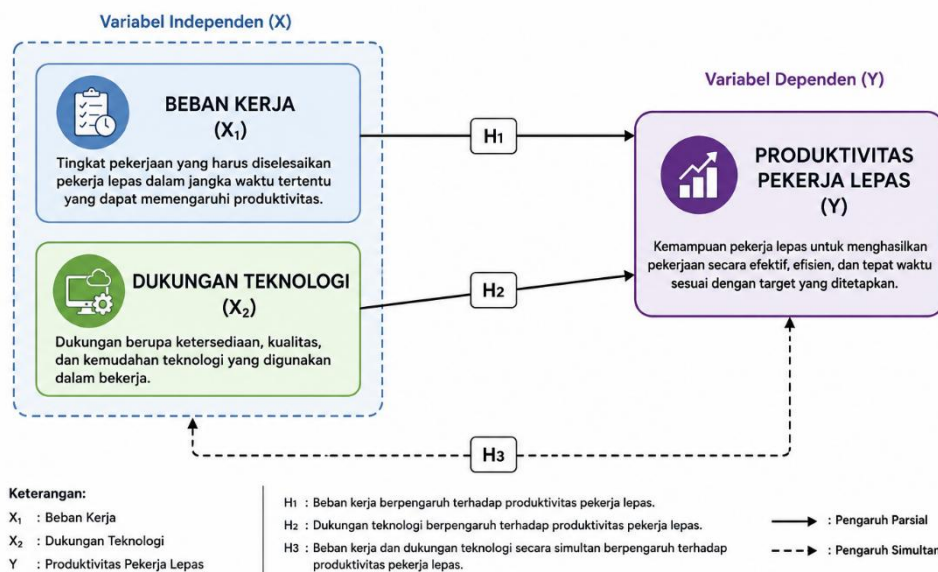
Produktivitas kerja pada sistem kerja digital mengalami peningkatan karena adanya efisiensi waktu, fleksibilitas kerja, serta pemanfaatan teknologi yang mendukung penyelesaian pekerjaan secara lebih cepat dan akurat. (Yulianti et al., 2023) menjelaskan bahwa perkembangan teknologi digital dan kecerdasan buatan telah menciptakan konsep baru mengenai produktivitas kerja melalui kontribusi *digital labor*. Teknologi tidak lagi hanya berfungsi sebagai alat bantu kerja, tetapi juga menjadi faktor yang secara langsung berkontribusi terhadap peningkatan produktivitas organisasi maupun individu.

Berdasarkan teori-teori tersebut, produktivitas kerja dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu menghasilkan hasil kerja yang optimal melalui pemanfaatan sumber daya, waktu, keterampilan, dan teknologi secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan pekerjaan.

Hipotesis Penelitian

- H1 : Beban kerja berpengaruh terhadap produktivitas pekerja lepas.
H2 : Dukungan teknologi berpengaruh terhadap produktivitas pekerja lepas.
H3 : Beban kerja dan dukungan teknologi secara simultan berpengaruh terhadap produktivitas pekerja lepas.

Kerangka Penelitian



METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk memperoleh data numerik yang dapat dianalisis secara statistik guna menggambarkan kondisi beban kerja, dukungan teknologi, dan produktivitas pekerja lepas.

Populasi penelitian adalah pekerja lepas (freelancer) yang aktif bekerja melalui platform digital di Indonesia. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria responden berusia minimal 18 tahun, aktif bekerja sebagai freelancer, dan memiliki

pengalaman kerja minimal enam bulan. Jumlah sampel sebanyak 100 responden ditetapkan berdasarkan kebutuhan minimum analisis regresi linear berganda dengan dua variabel independen. Jumlah tersebut dinilai memadai untuk menguji pengaruh beban kerja dan dukungan teknologi terhadap produktivitas pekerja lepas, meskipun tidak dimaksudkan untuk merepresentasikan seluruh populasi freelancer di Indonesia secara statistik. Data yang digunakan terdiri atas data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui kuesioner daring menggunakan Google Form, sedangkan data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, buku, laporan Badan Pusat Statistik (BPS), dan literatur yang relevan dengan topik penelitian..

Instrumen penelitian menggunakan skala Likert lima poin, yaitu 1 = sangat tidak setuju sampai 5 = sangat setuju. Variabel beban kerja diukur melalui indikator jumlah pekerjaan, tekanan waktu, kompleksitas tugas, dan tingkat kelelahan kerja. Variabel dukungan teknologi diukur melalui indikator ketersediaan perangkat digital, akses internet, kemudahan penggunaan teknologi, dan kemampuan penggunaan teknologi. Variabel produktivitas kerja diukur melalui indikator kualitas kerja, kuantitas kerja, ketepatan waktu, dan pencapaian target kerja. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS. Data dianalisis melalui statistik deskriptif yang meliputi frekuensi, persentase, nilai rata-rata (mean), dan standar deviasi untuk menggambarkan karakteristik responden serta kondisi masing-masing variabel penelitian. Sebelum analisis dilakukan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan kelayakan alat ukur yang digunakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Beban Kerja Terhadap Produktivitas

Tabel 1. Regresi Linier Sederhana Beban Kerja Terhadap Produktivitas

Model	Coefficients ^a			t	Sig.
	Unstandardized Coefficients B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta		
1 (Constant)	30.351	1.773		17.120	.000
Beban Kerja	.162	.049	.187	3.293	.001

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka dapat diperoleh persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut:

$$Y = 30,351 + 0,162X_1$$

Dimana: X_1 = Beban Kerja

Y = Produktivitas

Jika nilai X_1 = 0 akan diperoleh $Y = 30,351$

Artinya nilai (a) atau konstanta sebesar 30,351 nilai ini menunjukkan bahwa pada saat Beban Kerja (X_1) bernilai nol atau tidak meningkat, maka Produktivitas (Y) akan tetap bernilai 30,351. Koefisien regresi nilai (b) sebesar 0,162 (positif) yaitu menunjukkan pengaruh yang searah yang artinya setiap kenaikan Beban Kerja sebesar satu satuan maka akan meningkatkan Produktivitas sebesar 0,162 satuan.

Tabel 2. Uji t Parsial Beban Kerja Terhadap Produktivitas

Model	Coefficients ^a		t	Sig.
	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta	
1 (Constant)	30.351	1.773		17.120 .000
Beban Kerja	.162	.049	.187	3.293 .001

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber : Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai thitung 3,293 > ttabel 1,97190 dengan signifikan 0,001 < 0,05 maka H01 ditolak dan Ha1 diterima menandakan bahwa Beban Kerja berpengaruh signifikan terhadap Produktivitas.

Tabel 3. Output Uji Determinasi Beban Kerja (X1) Terhadap Produktivitas (Y)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.187 ^a	.035	.032	5.638

a. Predictors: (Constant), Beban Kerja

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa : Nilai R Square= 0,035 dapat disimpulkan bahwa, Beban Kerja (X1) memberikan kontribusi terhadap Produktivitas (Y) sebesar 3,5% dan sisanya 96,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Pengaruh Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas

Tabel 4. Regresi Linier Sederhana Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas

Model	Coefficients ^a		t	Sig.
	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta	
1 (Constant)	12.673	1.722		7.360 .000
Dukungan Teknologi	.627	.046	.623	13.757 .000

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka dapat diperoleh persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut:

$$Y = 12,673 + 0,627X_2$$

Dimana: X₂ = Dukungan Teknologi

Y = Produktivitas

Jika nilai X₂ = 0 akan diperoleh Y= 12,673

Artinya nilai (a) atau konstanta sebesar 12,673 nilai ini menunjukkan bahwa pada saat Dukungan Teknologi (X₂) bernilai nol atau tidak meningkat, maka Produktivitas (Y) akan tetap bernilai 12,673. Koefisien regresi nilai (b) sebesar 0,627 (positif) yaitu menunjukkan pengaruh yang searah yang artinya setiap kenaikan Dukungan Teknologi sebesar satu satuan maka akan meningkatkan Produktivitas sebesar 0, 627 satuan.

Tabel 5. Uji t Parsial Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	12.673	1.722		7.360	.000
Dukungan Teknologi	.627	.046	.623	13.757	.000

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai thitung 13,757 > ttabel 1,97190 dengan signifikan 0,000 < 0,05 maka H02 ditolak dan Ha2 diterima menandakan bahwa Dukungan Teknologi berpengaruh signifikan terhadap Produktivitas.

Tabel 6. Output Uji Determinasi Dukungan Teknologi (X2) Terhadap Produktivitas (Y)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.623 ^a	.388	.386	4.488

a. Predictors: (Constant), Dukungan Teknologi

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa Nilai R Square= 0,388 dapat disimpulkan bahwa, Dukungan Teknologi (X2) memberikan kontribusi terhadap Produktivitas (Y) sebesar 38,8% dan sisanya 61,2% dipengaruhi oleh faktor lain.

Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas

Tabel 7. Output Regresi Linear Berganda

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics
	B	Std. Error	Beta			Tolerance VIF
(Constant)	12.890	1.943		6.635	.000	
1 Beban Kerja	-.010	.041	-.012	-.243	.808	.899 1.112
Dukungan Teknologi	.630	.048	.627	13.102	.000	.899 1.112

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber : Data Olahan SPSS 21 Tahun 2026

Berdasarkan tabel Output di atas dapat dijelaskan bahwa, persamaan regresi linear berganda $Y = a + b_1x_1 + b_2x_2$ adalah $Y = 11,345 + -0,010(x_1) + 0,630(x_2)$. Persamaan regresi ini dapat disimpulkan bahwa, terdapat pengaruh positif antara Beban Kerja (X1) dan Dukungan Teknologi (X2) Terhadap Produktivitas (Y).

Konstanta $a = 11,345$ menunjukkan bahwa, nilai Produktivitas (Y) saat ini diasumsikan bernilai 11,345 satuan dengan asumsi variabel Beban Kerja (X1) dan Dukungan Teknologi (X2) bernilai tetap.

Konstanta $b_1x_1 = -0,010$ menunjukkan bahwa, jika terdapat kenaikan satu-satuan pada variabel Beban Kerja (X1) maka nilai Produktivitas (Y) akan bertambah sebesar -0,010 satuan.

Konstanta $b_2x_2 = 0,630$ menunjukkan bahwa, jika terdapat kenaikan satu-satuan pada variabel Dukungan Teknologi (X2) maka nilai Produktivitas (Y) akan bertambah sebesar 0,630 satuan.

Tabel 8. Output Uji Hipotesis Simultan (Uji F)

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3814.199	2	1907.100	94.364	.000 ^b
1 Residual	6002.371	297	20.210		
Total	9816.570	299			

a. Dependent Variable: Produktivitas Total

b. Predictors: (Constant), Dukungan Teknologi, Beban Kerja

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Melihat tabel Output di atas dapat dijelaskan bahwa, F hitung 94,364 > F tabel 2,41 atau probabilitas Sig 0,000 < 0,05 maka H05 di tolak dan Ha5 di terima artinya secara simultan Beban Kerja (X1) dan Dukungan Teknologi (X2) berpengaruh signifikan Terhadap Produktivitas (Y).

Tabel 9. Output Uji Determinasi Beban Kerja (X1), Fleksibilitas Waktu (X2), Keamanan Pendapatan (X3), dan Dukungan Teknologi (X2) Terhadap Produktivitas (Y)

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.623 ^a	.389	.384	4.496	2.141

a. Predictors: (Constant), Dukungan Teknologi, Beban Kerja

b. Dependent Variable: Produktivitas Total

Sumber: Data diolah dengan SPSS 21 (2026)

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa nilai R Square = 0,389 dapat disimpulkan bahwa, Beban Kerja (X1) dan Dukungan Teknologi (X2) Terhadap Produktivitas (Y) sebesar 38,9% dan sisanya 61,1% dipengaruhi oleh faktor lain.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Teknologi Terhadap Produktivitas

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai pengaruh beban kerja dan dukungan teknologi terhadap produktivitas pekerja lepas, dapat disimpulkan bahwa:

1. Beban kerja berpengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja lepas. Hal ini dibuktikan dengan nilai t hitung sebesar 3,293 dengan signifikansi 0,001 (< 0,05). Namun, kontribusi pengaruhnya tergolong rendah yaitu sebesar 3,5%, sehingga menunjukkan bahwa beban kerja bukan faktor utama yang menentukan produktivitas pekerja lepas.
2. Dukungan teknologi berpengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja lepas. Hal ini dibuktikan dengan nilai t hitung sebesar 13,757 dengan signifikansi 0,000 (< 0,05). Variabel ini memiliki kontribusi yang cukup besar yaitu sebesar 38,8%, sehingga menjadi faktor dominan dalam meningkatkan produktivitas pekerja lepas.
3. Secara simultan, beban kerja dan dukungan teknologi berpengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja lepas dengan nilai F hitung sebesar 94,364 dan signifikansi 0,000 (< 0,05). Kedua variabel mampu menjelaskan variasi produktivitas sebesar 38,9%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa produktivitas pekerja lepas di era ekonomi digital lebih banyak dipengaruhi oleh dukungan teknologi dibandingkan beban kerja, meskipun kedua variabel tetap memiliki peran penting secara simultan.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut: bagi pekerja lepas (freelancer), disarankan untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola beban kerja secara efektif agar tidak mengalami kelebihan pekerjaan yang dapat menurunkan kualitas hasil kerja, serta terus meningkatkan literasi digital dan kemampuan penggunaan teknologi agar dapat memaksimalkan produktivitas kerja. Bagi platform digital, seperti marketplace freelancer, disarankan untuk menyediakan fitur dan sistem pendukung yang lebih optimal, seperti manajemen proyek, komunikasi klien yang lebih efektif, serta berbagai tools yang dapat membantu pekerja dalam meningkatkan efisiensi kerja. Bagi pemerintah, diharapkan dapat meningkatkan dukungan terhadap ekosistem ekonomi digital melalui penyediaan infrastruktur teknologi yang merata, peningkatan kualitas jaringan internet, serta pelatihan literasi digital bagi tenaga kerja, khususnya pekerja lepas. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel lain yang memengaruhi produktivitas pekerja lepas seperti motivasi kerja, fleksibilitas kerja, kepuasan kerja, lingkungan kerja digital, serta kompetensi digital, mengingat dalam penelitian ini masih terdapat 61,1% faktor lain yang belum diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2024). Job demands–resources theory: Frequently asked questions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 29(3), 188. <https://doi.org/10.1037/ocp0000376>
- Demerouti, E., & Bakker, A. B. (2023). Job demands-resources theory in times of crises: New propositions. *Organizational Psychology Review*, 13(3), 209–236. <https://doi.org/10.1177/20413866221135022>
- Duggan, J., Sherman, U., Carbery, R., & McDonnell, A. (2020). Algorithmic management and app-work in the gig economy: A research agenda for employment relations and HRM. *Human Resource Management Journal*, 30(1), 114–132. <https://doi.org/10.1111/1748-8583.12258>
- Fansury, M. R. H., & Munawaroh, M. (2026). The Influence of Work Environment and Workload on Productivity Employees with Social Support as A Moderating Variable. *KASTA: Jurnal Ilmu Sosial, Agama, Budaya Dan Terapan*, 6(1), 581–592. <https://doi.org/10.58218/kasta.v6i1.2361>
- Haryono, S., Supardi, S., & Udin, U. (2020). The effect of training and job promotion on work motivation and its implications on job performance: Evidence from Indonesia. *Management Science Letters*, 10(9), 2107–2112. <https://doi.org/10.5267/j.msl.2020.1.019>

- Inceoglu, I., Vanacker, T., & Vismara, S. (2024). Digitalization and resource mobilization. *British Journal of Management*, 35(2), 576–593. <https://doi.org/10.1111/1467-8551.12817>
- LePine, M. A. (2022). The challenge-hindrance stressor framework: An integrative conceptual review and path forward. *Group & Organization Management*, 47(2), 223–254. <https://doi.org/10.1177/10596011221079970>
- Mandulangi, J. (2025). The Impact of Human Resource Digitalization through HRIS on Human Resource Management Efficiency: A Technology Acceptance Model Approach. *Insight: Indonesian Journal of Social, Humanity, and Education*, 1(3), 138–147. <https://doi.org/10.70742/insight.v1i3.519>
- Ong, W. J., & Johnson, M. D. (2023). Toward a configural theory of job demands and resources. *Academy of Management Journal*, 66(1), 195–221. <https://doi.org/10.5465/amj.2020.0493>
- Scholze, A., & Hecker, A. (2023). Digital job demands and resources: Digitization in the context of the job demands-resources model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(16), 6581. <https://doi.org/10.3390/ijerph20166581>
- Sharma, A. (2023). Human Resource Digital Transformation (HRDT): A Study of Innovation and Capability Through Digitalization and Individual Factors. *Educational Administration: Theory And Practice*, 29 (3), 394–412 <https://doi.org/10.53555/Kuey.V29i35002>
- Suprpto, E., Mahaputra, M. R., & Mahaputra, M. R. (2023). Pengaruh Lingkungan Kerja, Motivasi terhadap Produktivitas Kerja Karyawan pada PT REMCO Jambi. *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 1(4), 948–955. <https://doi.org/10.38035/jim.v1i4.164>
- Tarafdar, M., Shan, G., Bennett Thatcher, J., & Gupta, A. (2022). Intellectual diversity in IS research: Discipline-based conceptualization and an illustration from information systems research. *Information Systems Research*, 33(4), 1490–1510. <https://doi.org/10.1287/isre.2022.1176>
- Thesa, N. L., Kalpikawati, I. A., & Sadjuni, N. L. G. S. (2024). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan F&B Service Department Di Intercontinental Bali Resort. *Journal of Hotel Management*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.52352/jhm.v2i1.1597>
- Venkatesh, V. (2022). Adoption and use of AI tools: a research agenda grounded in UTAUT. *Annals of Operations Research*, 308(1), 641–652. <https://doi.org/10.1007/s10479-020-03918-9>
- Wood, A. J., & Lehdonvirta, V. (2021). Antagonism beyond employment: how the 'subordinated agency' of labour platforms generates conflict in the remote gig economy. *Socio-Economic Review*, 19(4), 1369–1396. <https://doi.org/10.1093/ser/mwab016>
- Zacher, H., & Rudolph, C. W. (2024). Workplace digitalization and workload: changes and reciprocal relations across 3 years. *Scientific Reports*, 14(1), 5924. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-56537-w>