



FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA PEKERJA PT. JAYA SEMANGGI ENJINIRING DI PROYEK PEMBANGUNAN GEDUNG RSUD BOGOR UTARA TAHUN 2021

Syaiful Bahri, Oktaviani Nurmalasary

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang

Syaiful.wdh1@gmail.com

Abstrak

Stres kerja ialah suatu kondisi yang muncul akibat dari interaksi manusia dengan pekerjaannya, atau umpan balik atas pekerja secara psikologis maupun fisiologis yang dapat menyebabkan tekanan terhadap produktivitas kerja maupun lingkungan kerja yang dapat mengganggu pekerja (Asih et al., 2018). Menurut penelitian *Labour Force Survey* (LBS) total kasus akibat stres kerja, depresi atau kegelisahan pada tahun 2019/2020 di Inggris sebesar 828.000 dengan besar prevalensi 2.440 per 100.000 pekerja, ini merupakan kenaikan yang signifikan dibanding periode sebelumnya. Di Indonesia menurut hasil survey yang dilakukan oleh PPM (Pembinaan Pembangunan Manajemen) kepada para pekerja nasional baik dari sektor jasa, perdagangan, konstruksi, manufaktur, dan pertambangan menyebutkan bahwa persentase stres akibat kerja sebesar 80% selama masa pandemi Covid-19. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan usia, pendidikan, lama kerja, beban kerja, dan gaji dengan stres kerja pada pekerja proyek pembangunan gedung RSUD Bogor Utara di PT. Jaya Semanggi Enjiniring Tahun 2021. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 responden. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptik analitik dengan desain penelitian Cross sectional dan pendekatan kuantitatif. Pemilihan penelitian ini menggunakan metode total sampling dengan menggunakan uji *Chi-square*. Berdasarkan hasil penelitian bahwa usia memperoleh (*p-value* 0.746) menyatakan tidak ada hubungan, pendidikan (*p-value* 0.490) menyatakan tidak ada hubungan, lama kerja (*p-value* 0.018), beban kerja (*p-value* 0.009), gaji (*p-value* 0.009) menyatakan adanya hubungan dengan stres kerja. Saran untuk perusahaan ialah perusahaan dapat mengidentifikasi pekerja yang memiliki keluhan atau kesulitan dalam mengelola sumber stres akibat kerja agar dapat segera ditangani dan menghindari adanya penurunan produktivitas kerja.



Kata Kunci: Usia, pendidikan, lama kerja, beban kerja, gaji, stres kerja

Pendahuluan

Dalam dunia industri saat ini stres terjadi akibat besarnya volume beban kerja serta lama kerja yang cenderung berlebih, serta saat pandemi saat ini para pekerja merasa takut akan rentannya keamanan kesehatan saat pandemi Covid-19. Stres merupakan salah satu respon adaptif atau penyesuaian diri yang didasari oleh perbedaan individu atau proses psikologis, sebagai akibat dari tindakan, situasi ataupun kejadian eksternal yang menyebabkan dampak tekanan berlebih baik secara psikologis maupun fisik pada diri individu tersebut (Widhiastuti et al., 2020). Kemudian, stres yang terkait dengan pekerjaan telah diartikan sebagai salah satu masalah yang terdapat di lingkungan kerja atau yang biasa dikenal dengan stres kerja. Stres kerja ialah suatu kondisi yang muncul akibat dari interaksi manusia dengan pekerjaannya, atau umpan balik atas pekerja secara psikologis maupun fisiologis yang dapat menyebabkan tekanan terhadap produktivitas kerja maupun lingkungan kerja yang dapat mengganggu pekerja (Asih et al., 2018).

Menurut ILO tahun 2021, hasil riset Ipsos dan Forum Ekonomi Dunia yang mendata adanya 13 ribu pekerja di 28 negara yang mengalami gangguan mental atau stres akibat rentannya keamanan kerja pada masa pandemi seperti sekarang ini serta adanya perubahan rutinitas (ILO, 2021).

Di Indonesia sendiri stres kerja masih menjadi suatu masalah yang cukup serius. Menurut hasil survey yang dilakukan oleh PPM (Pembinaan Pembangunan Manajemen) menyebutkan bahwa persentase stres akibat kerja sebesar 80% selama masa pandemi Covid-19. Survey ini dilakukan kepada para pekerja nasional baik dari sektor jasa, perdagangan, konstruksi, manufaktur, dan pertambangan. Sektor yang mengalami stres kerja tertinggi dialami oleh sektor jasa dengan persentase sebesar 31% dan konstruksi sebesar 30% (Karunia, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mualim & Adeko, 2020) menyatakan adanya hubungan antara umur, tingkat pendidikan, masa kerja, dan hubungan psikososial dengan stres kerja. Kemudian berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Juninda (2019) menyatakan adanya hubungan antara beban kerja dengan



stres kerja pada pekerja di PT. Pupuk Iskandar Muda Aceh. Penelitian ini dilaksanakan di PT. Jaya Semanggi Enjiniring proyek pembangunan gedung RSUD Bogor dan telah dilakukan studi pendahuluan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara dan observasi langsung yang dilakukan pada tanggal 7 bulan Oktober 2021 kepada pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring di proyek pembangunan RSUD Bogor Utara, didapati hasil bahwa dari 10 pekerja yang di wawancarai, terdapat 8 pekerja yang terindikasi mengalami stres kerja. Hal ini disimpulkan dari jawaban setiap pekerja, yaitu para pekerja lebih sering melakukan pekerjaan lembur, dengan waktu lembur kurang lebih 5 jam sedangkan jam normal bekerja selama 7-8 jam/hari. Terdapat beban kerja yang berat seperti volume tugas yang berlebih, pekerjaan harus diselesaikan dalam waktu yang singkat, serta tingkat kesulitan pekerjaan yang sulit. Kemudian adanya gejala stres yang dialami pekerja seperti menurunnya konsentrasi saat bekerja, mudah merasa lelah, pernapasan tidak teratur dan perasaan khawatir baik karena pekerjaan maupun hal lain.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada

Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring di Proyek Pembangunan Gedung RSUD Bogor Utara.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* (Masturoh & Anggita, 2018). Penelitian ini dilakukan di PT. Jaya Semanggi Enjiniring pada proyek pembangunan gedung RSUD Bogor yang dilakukan pada bulan Oktober – Desember Tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Pekerja Proyek Pembangunan Gedung RSUD Bogor Utara di PT. Jaya Semanggi Enjiniring yaitu 40 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang mana jumlah sampel sama dengan populasi. Maka sampel pada penelitian ini ialah pekerja proyek tahun 2021 sebanyak 40 responden.

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah wawancara dan kuesioner. Kemudian, skala pengukuran yang digunakan adalah skala *Likert*. Data yang digunakan pada penelitian berupa data primer. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dijabarkan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan



persentase dari variabel independen dan dependen. Variabel yang akan akan dianalisis ialah usia, pendidikan, lama kerja, beban kerja, gaji, dan stres kerja. Kemudian, analisis bivariat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, dengan uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square*, dengan nilai 5% atau 0,05 dalam program SPSS 16.

Hasil

Hasil distribusi frekuensi yang ditunjukkan pada penelitian ini bahwa sebagian besar dari usia responden yaitu berusia ≤ 35 tahun dengan jumlah responden sebanyak 26 responden (65%), sebagian besar pendidikan dari responden adalah pendidikan rendah (SD dan SMP) sebanyak 28 responden (70%), mengalami lama kerja

selama > 8 jam dalam sehari sebanyak 25 responden (62.5%), mengalami beban kerja berat sebanyak 21 responden (52.5%), merasakan tidak puas pada gaji sebanyak 23 responden (57.5%), mengalami stres kerja berat sebanyak 24 responden (60%). Kemudian, berdasarkan hasil uji bivariat menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan stres kerja ($\alpha < 0.05$ nilai *p-value* 0.018), adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja ($\alpha < 0.05$ nilai *p-value* 0.009), adanya hubungan yang signifikan antara gaji dengan stres kerja ($\alpha < 0.05$ nilai *p-value* 0.009), tidak adanya hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja ($\alpha > 0.05$ nilai *p-value* 0.746), tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan stres kerja ($\alpha > 0.05$ nilai *p-value* 0.490).

Tabel 1. Hubungan antara usia, pendidikan, lama kerja, beban kerja, gaji dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring

Variabel	Stres Kerja				Total		P-Value
	Ringan		Berat		N	%	
	N	%	N	%			
Usia							
≤35 tahun	11	27.5	15	37.5	26	65	0.746
>35 tahun	5	12.5	9	22.5	14	35	
Pendidikan							
Rendah	10	25	18	45	28	70	0.490
Tinggi	6	15	6	15	12	30	
Lama Kerja							
≤8 jam	10	25	5	12.5	15	37.5	0.018
>8 jam	6	15	19	47.5	25	62.5	
Beban Kerja							
Ringan	12	30	7	17.5	19	47.5	0.009



Variabel	Stres Kerja				Total		P-Value
	Ringan		Berat		N	%	
	N	%	N	%			
Berat Gaji	4	10	17	42.5	21	52.5	0.009
Puas	11	27.5	6	15	17	42.5	
Tidak Puas	5	12.5	18	45	23	57.5	

(Sumber : Data Primer, Desember 2021)

Pembahasan

Distribusi frekuensi pada variabel usia menunjukkan sebagian besar pekerja memiliki usia ≤ 35 tahun lebih banyak dibanding dengan usia > 35 tahun. Hal ini dikarenakan usia ≤ 35 tahun yang masih mempunyai stamina serta energi yang baik sehingga dalam proses pengerjaan pembangunan gedung RSUD Bogor Utara akan selesai sesuai jadwal atau target. Karena pembangunan ini termasuk pembangunan jangka cepat yang harus segera selesai. Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* pada variabel usia menunjukkan hasil bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring ($\alpha > 0.05$ nilai *p-value* = 0.746). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan Raina (2017) bahwa tidak adanya hubungan signifikan antara usia dengan stres kerja pada supir dan kondektur truk box container di PT. Herona Express. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja proyek yang berusia ≤ 35

tahun cenderung lebih mudah mengalami stres kerja. Menurut (Mualim & Adeko, 2020) tak jarang dari mereka yang berusia lebih muda akan merasakan stres karena berbagai masalah dan peristiwa yang ada dalam kehidupan sehari-hari, baik dari lingkungan pekerjaan, lingkungan sekitar, maupun keluarga. Selain itu usia tersebut termasuk usia yang masih rentang akan perkembangan psikologis sehingga dapat mudah merasakan stres (Saprudin & Sabrina, 2022)

Pendidikan merupakan proses untuk memberikan bimbingan, arahan, pembinaan, pelatihan, dan lain-lain. Tujuan dari pendidikan ialah untuk mengembangkan kemampuan seseorang (Aliem & Sudrajat, 2017). Hasil distribusi frekuensi menunjukkan sebagian besar pekerja lebih banyak memiliki pendidikan rendah (SD dan SMP) dibanding dengan pendidikan tinggi (SMA, SMK, dan Perguruan Tinggi). Hal ini dikarenakan dari pihak konstruksi tidak mempermasalahkan perihal pendidikan baik tinggi maupun rendah, sehingga hal tersebut



membuat para pekerja yang memiliki pendidikan rendah lebih banyak dan terlebih lagi pada saat ini mencari pekerjaan sangatlah sulit apalagi dengan pendidikan yang rendah. Berdasarkan hasil analisis bivariat pada variabel pendidikan menunjukkan hasil bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring ($\alpha > 0.05$ nilai p -value = 0.490). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Saputro (2019) bahwa tidak adanya hubungan signifikan antara pendidikan dengan stres kerja pekerja di proyek IPA 7 PT. Jagat Konstruksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja proyek yang memiliki pendidikan rendah (SD dan SMP) cenderung merasa stres kerja berat. Menurut (Aliem & Sudrajat, 2017) pendidikan merupakan hal yang menjadi cerminan kemampuan seseorang untuk dapat menyelesaikan suatu pekerjaan. Karena dengan pendidikan, seorang pekerja akan bertambah kemampuan yang dimiliki. Jika seorang pekerja mengerjakan pekerjaan dengan pengetahuan serta kemampuan yang kurang juga akan membuat pekerja mengalami rasa tertekan.

Mengenai lama kerja (Kenariefanokto, 2016) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa waktu kerja yang

menjadi persyaratan ialah 7 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu untuk 6 hari kerja dalam 1 minggu, dan 8 jam kerja 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu. Hasil distribusi frekuensi penelitian pada variabel lama kerja menunjukkan bahwa Sebagian besar pekerja mengalami lama kerja > 8 jam dalam sehari dibanding ≤ 8 jam dalam sehari. Hal ini di karenakan proses pembangunan gedung RSUD Bogor Utara harus diselesaikan secara cepat dan sesuai *deadline*. Berdasarkan hasil analisis bivariat pada variabel lama kerja menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring ($\alpha < 0.05$ nilai p -value = 0.018). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Khoirunnisa et al., 2020) bahwa adanya hubungan signifikan antara lama kerja dengan stres kerja pada pengendara ojek *online*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja proyek yang bekerja selama > 8 jam sehari banyak yang mengalami stres kerja berat. Menurut Suam'mur (2014) lama kerja yang panjang dan melebihi waktu kerja yang semestinya akan membuat kemampuan pekerja seperti efisiensi, efektivitas dan produktivitas kerja dari pekerja menjadi



tidak optimal yang menyebabkan kecelakaan serta gangguan kesehatan.

Beban kerja didefinisikan sebagai tingginya tuntutan dalam waktu kerja yang tinggi diidentifikasi berbanding lurus dengan volume karyawan (Demak et al., 2021). Hasil distribusi frekuensi pada variabel beban kerja menunjukkan sebagian besar pekerja lebih banyak mengalami beban kerja berat dibanding dengan beban kerja ringan. Hal ini terkait dengan proses pengerjaan gedung RSUD Bogor Utara yang harus segera selesai, maka dari itu volume kerja yang dikerjakan kepada para pekerja juga meningkat. Berdasarkan hasil dari analisis bivariat pada variabel beban kerja menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring ($\alpha < 0.05$ nilai *p-value* = 0.009). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Mintjelungan et al., 2019) bahwa adanya hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada dokter di Rumah Sakit Umum Bethesda GMIM Tomohon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja proyek yang merasa beban kerja berat rata-rata akan mengalami stres kerja berat juga. Menurut (Chandra & Adriansyah, 2017) beban kerja yang berlebih akan dapat menyebabkan

ketegangan dalam diri pekerja sehingga dapat menyebabkan stres. Hal ini dapat disebabkan karena tingkat keahlian yang dibutuhkan terlalu tinggi, kecepatan kerja yang terlalu tinggi, dan besarnya volume kerja yang dapat menjadi timbulnya stres kerja.

Gaji merupakan suatu hak dari pekerja yang diterima pekerja dalam bentuk uang sebagai imbalan dari pemberi kerja kepada pekerja sesuai dengan perjanjian awal kerja, atau perundang-undangan, termasuk tunjangan dan keluarganya (Rachman, 2016). Hasil distribusi frekuensi pada variabel gaji menunjukkan sebagian besar pekerja lebih banyak yang merasa tidak puas akan gaji. Hal ini dikarenakan seringnya pekerja mengalami keterlambatan penerimaan gaji serta jumlah gaji yang terhitung pas-pas an untuk kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil analisis bivariat pada variabel gaji menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara gaji dengan stres kerja pada Pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring ($\alpha < 0.05$ nilai *p-value* = 0.009). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Khoirunnisa et al., 2020) bahwa adanya hubungan signifikan antara gaji dengan stres kerja pada pengendara ojek *online*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja proyek yang



merasa tidak puas perihal gaji rata-rata akan lebih mudah mengalami stres kerja berat. Menurut Pratama (2021) gaji rendah serta penerimaan gaji yang masih belum sesuai dengan waktu pemberian menjadi pemicu terjadinya stres pada pekerja. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh *American Psychological Association* (APA) pada 1.501 pekerja di Amerika Serikat (AS) yang menyebutkan sebanyak 56% atau setengah dari responden mengatakan gaji rendah dapat menyebabkan peningkatan stres (Badan Pendidikan dan Pelatihan Keuangan, 2014).

Stres kerja sendiri adalah stres yang berkaitan langsung dengan pekerjaan yang sedang dijalani atau telah dijalani, bisa karena lingkungan pekerjaan, tuntutan pekerjaan yang terlalu banyak dan juga karena jam kerja yang terlalu lama (Asih et al., 2018). Hasil distribusi frekuensi pada variabel stres kerja menunjukkan sebagian besar pekerja lebih banyak mengalami stres kerja berat dibanding dengan stres kerja ringan. Banyaknya tuntutan pekerjaan karena beban kerja yang berlebih serta jam kerja yang cenderung di atas jam normal sehingga membuat para pekerja mengalami tekanan, sulit dalam berkonsentrasi sehingga produktivitas kerja pun menjadi menurun.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar dari usia responden yaitu berusia ≤ 35 tahun dengan jumlah responden sebanyak 26 responden (65%), sebagian besar pendidikan dari responden adalah pendidikan rendah (SD dan SMP) sebanyak 28 responden (70%), mengalami lama kerja > 8 jam dalam sehari sebanyak 25 responden (62.5%), mengalami beban kerja berat sebanyak 21 responden (52.5%), merasa tidak puas pada gaji sebanyak 23 responden (57.5%), mengalami stres kerja berat sebanyak 24 responden (60%). Hasil dari analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja PT. Jaya Semanggi Enjiniring, didapat hasil bahwa variabel usia ($p\text{-value} = 0,746$), dan pendidikan ($p\text{-value} = 0,490$) yang artinya tidak adanya hubungan yang signifikan antara variabel tersebut dengan stres kerja. Sedangkan variabel lama kerja ($p\text{-value} = 0,018$), beban kerja ($p\text{-value} = 0,009$), dan gaji ($p\text{-value} = 0,009$) yang artinya adanya hubungan yang signifikan antara variabel tersebut dengan stres kerja.



Saran

Bagi perusahaan dapat melihat lagi perihal jam kerja para pekerja yang masih belum sesuai dengan peraturan yang berlaku, mengelola jam kerja kerja agar pekerja dapat bekerja secara efektif dan efisien. Kemudian memberikan gaji sesuai dengan ketepatan waktu yang telah ditentukan, serta perusahaan dapat mengidentifikasi pekerja yang mengalami keluhan pada beban kerja agar dapat dilakukan penyesuaian serta mendiskusikan mengenai jumlah beban kerja dengan kemampuan pekerja.

Daftar Pustaka

- Aliem, M. S., & Sudrajat, A. (2017). *Paradigma Pendidikan dalam Film 3 Idiots (Analisis Wacana Sara Mill)*. 3, 1–7.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stres Kerja*. Semarang University Press.
- Badan Pendidikan dan Pelatihan Keuangan. (2014). *Stres di Tempat Kerja*. Retrieved from *Kemenkeu Corporate University*.
<https://bppk.kemenkeu.go.id/content/berita/pusdiklat-keuangan-umum-stres-di-tempat-kerja-2019-11-05-97261daf/>
- Chandra, R., & Adriansyah, D. (2017). Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Mega Auto Central Finance Cabang Di Langsa. *Parameter*, 6(1), 670–678.
- <https://doi.org/10.37751/parameter.v4i2.37>
- Demak, C. Y. S., Arfi, H. M., & Andre, S. T. (2021). *Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Jasa Marga (Persero) Tbk Cabang Belmera*. 2(3).
- ILO. (2021). Kesehatan Mental Pekerja untuk Keberlangsungan Usaha di Masa Pandemi Kerja Cerdas: Upaya Menjaga Kerja Cerdas: Upaya Menjaga Kesehatan Mental Pekerja untuk Keberlangsungan Usaha di Masa Pandemi. *Advancing Social Justice, Promoting Decent Work*.
https://www.ilo.org/jakarta/info/public/pr/WCMS_819627/lang--en/index.htm
- Juninda, M. (2019). *Faktor Yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja di PT Pupuk Iskandar Muda Aceh Tahun 2019*.
- Karunia, A. M. (2020). *Survei PPM Manajemen: 80 Persen Pekerja Mengalami gejala Stres Karena Khawatir Kesehatan*.
<https://money.kompas.com/read/2020/06/05/133207026/survei-ppm-manajemen-80-persen-pekerja-mengalami-gejala-stres-karena-khawatir>
- Kenariefanokto. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Bagian Spinning V Di Pt. Sinar Pantja Djaja Sebagai Upaya Pencegahan Kecelakaan Kerja. In *Skripsi*.
- Khoirunnisa, K., Effendi, L., Fauziah, M., & Srisantyorini, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pengendara Ojek Online Saat



- Terjadi Pandemi COVID -19 Di Kota Tangerang Selatan Tahun 2020. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 1(2), 217–232.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *metodologi penelitian kesehatan*.
- Mintjelungan, D. L. A., Rattu, A. J. M., Kairupan, B. H. R., Universitas, P., & Ratulangi, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Dokter Di Rumah Sakit Umum Bethesda Gmim Tomohon. *Kesmas*, 8(3), 19–34.
- Mualim, M., & Adeko, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Bagian Dryer Pt. Bukit Angkasa Makmur (Bam) Di Kabupaten Bengkulu Tengah. In *Journal of Nursing and Public Health* (Vol. 8, Issue 1). <https://doi.org/10.37676/jnph.v8i1.1017>
- Pratama, A. (2021). 56% Karyawan Bilang Gaji Jadi Pemicu Utama Stres di Kantor. *Okezone*. <https://economy.okezone.com/read/2021/10/24/622/2490943/56-karyawan-bilang-gaji-jadi-pemicu-utama-stres-di-kantor>
- Rachman, T. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Ghalia Indonesia.
- Raina, S. (2017). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stress Kerja Pada Supir Dan Kondektur Truk Box Container PT. Herona Express Di Tangerang Selatan Tahun 2017*.
- Saprudin, N., & Sabrina, N. Y. (2022). Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan
- Stikku Akibat Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19. *Journal of Health Research Science*, 2(01), 32–38. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i1.474>
- Saputro, G. D. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja di Proyek IPA 7 PT. Jagat Konstruksi Kota Tangerang Selatan Tahun 2019*.
- Suam'mur. (2014). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. CV Agung Seto.
- Widhiastuti, H., Asih, G. Y., & Kurniawan, Y. (2020). Mengelola Stress Pada Pekerjaan yang Beresiko Tinggi. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).