

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN
BAGIAN PERKEBUNAN PT JAYA ABADI SRIWIJAYA PALEMBANG**



Skripsi Oleh :

CANTIKA

01011381823143

MANAJEMEN

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Meraih Gelar Sarjana Ekonomi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,

RISET, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

FAKULTAS EKONOMI

2023

LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN KOMPREHENSIF

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN BAGIAN
PERKEBUNAN PT. JAYA ABADI SRIWIJAYA PALEMBANG

Disusun oleh:

Nama : Cantika
NIM : 01011381823143
Fakultas : Ekonomi
Jurusan : Manajemen
Bidang Kajian/Konsentrasi : Manajemen Sumber Daya Manusia

ASLI

JURUSAN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI SRIWIJAYA
20/11/23

Disetujui untuk digunakan dalam Ujian Komprehensif:

Tanggal Persetujuan

Tanggal : Dosen Pembimbing
Ketua

19 Mei 2023

Dr. Hj. Zunaidah, M.Si
NIP. 196610221992032002

Tanggal : Anggota

1 Maret 2023

Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M
NIP. 198104012014092001

ASLI

JURUSAN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI U.SRI 26/6/23

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN BAGIAN PERKEBUNAN PT JAYA ABADI SRIWIJAYA PALEMBANG

Disusun oleh:

Nama : Cantika
NIM : 01011381823143
Fakultas : Ekonomi
Jurusan : Manajemen
Bidang Kajian/Konsentrasi : Manajemen Sumber Daya Manusia

Telah diuji dalam Ujian Komprehensif pada tanggal 8 Juni 2023
dan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Panitia Ujian Komprehensif
Palembang, 8 Juni 2023

Ketua,

Dr. Hj. Zunaidah, M.si
NIP. 196610221992032002

Anggota

Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M
NIP. 198104012014092001

Anggota

Parama Santati, S.E., M. Kom
NIP. 196312031989122001

Ketua Jurusan Manajemen

Dr. Muhammad Ichsan Hadjri, S.T., M.M
NIP. 198907112018031001

SURAT PERNYATAAN INTEGRITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Cantika
NIM : 01011381823143
Fakultas : Ekonomi
Jurusan : Manajemen
Bidang Kajian/Konsentrasi : Manajemen Sumber Daya Manusia

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul :

**Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Bagian Perkebunan
PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang**

Pembimbing:

Ketua : Dr. Hj. Zunaidah, M. Si
Anggota : Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M

Adalah benar hasil karya saya sendiri. Dalam skripsi ini tidak ada kutipan orang lain yang tidak disebutkan sumbernya.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, dan apabila pernyataan ini tidak benar dikemudian hari, peneliti bersedia dicabut predikat kelulusan gelar kesarjanaan.

Palembang, 23 Juni 2023

Pembuat Pernyataan



Cantika

01011381823143

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum kaum itu sendiri mengubah apa yang ada pada diri mereka.”

(QS. Ar-Ra'd : 11)

“Hidup adalah perjalanan, petualangan, pengalaman, pembelajaran dan persiapan.”

Skripsi adalah sebuah karya yang penulis persembahkan untuk:

- Allah SWT
- Orangtua tercinta dan keluarga
- Teman-teman seperjuangan
- Almamater

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, karunia dan hidayah-Nya masih diberikan kesempatan, kesehatan dan waktu untuk dapat mengerjakan, menjalani proses serta menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam penulis haturkan kepada Nabi Mulia yaitu Nabi Muhammad SAW semoga selalu mengalirkan keberkahan. Judul pada skripsi ini adalah Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang. Skripsi ini dibuat dengan tujuan sebagai tugas akhir masa perkuliahan. Harapannya skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi perusahaan serta bagi orang yang membutuhkannya. Skripsi ini tak luput dari kata sempurna maka dari itu dengan kerendahan hati penulis memohon maaf dan mengharapkan kritik dan saran. Atas perhatiannya penulis ucapkan terima kasih.

Penulis,

Cantika
NIM. 01011381823143

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama penelitian dan penulisan hingga penyelesaian skripsi ini penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa syukur dan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah S.W.T karena berkat izin-Nya sehingga bisa menjadikan dan menyelesaikan segala urusan di dunia ini.
2. Keluarga besar saya terutama kedua orangtua, Bapak Firman Kader dan Ibu Nurmiati yang selalu mendoakan dan mendukung segalanya serta saudara saya Abang Andi, Abang Eri, Abang Jon dan Kak Winda, terima kasih atas segala doa, bantuan dan kata-kata yang diberikan kepada saya.
3. Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, M.S.C.E., selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
4. Prof. Dr. Mohammad Adam, S.E, M.E., selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Sriwijaya.
5. Isnri Andriana, S.E., M.Fin., Ph.D, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang memberikan arahan, pengetahuan dan motivasi selama masa perkuliahan.
6. Dr. Muhammad Ichsan Hadjri, S.T., M.M., selaku Ketua Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Sriwijaya.
7. Lina Dameria Siregar, S.E., M.M., selaku Sekretaris Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Sriwijaya.
8. Dr. Hj. Zunaidah, M.Si dan Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M., selaku dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing, memberikan saran serta arahan dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi ini.
9. Parama Santati, S.E., M. Kom., selaku dosen penguji yang bersedia untuk memberikan masukan dan perbaikan.
10. Bapak/Ibu Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Sriwijaya, terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala ilmu, semangat dan motivasi yang luar biasa ditularkan agar kami dapat menjadi manusia yang berilmu dan bermanfaat.
11. Seluruh Staff Pegawai Fakultas Ekonomi Universitas Sriwijaya, khususnya yang telah membantu dalam proses administrasi selama masa perkuliahan.

12. Perusahaan PT Jaya Abadi Sriwijaya terutama Andrian Pratama selaku General Manager Operational PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang yang telah memberikan izin, membantu, mendukung serta memfasilitasi penelitian ini.
13. Sahabat dan teman seperjuangan Aurora, Dina, Indah Ade, Khoirunnisa, Indah Putri, Margaretha Ayu, Reni, Tata, Lili, Sasti, Ega, Ummi, Zazkia, Pratiwi terima kasih sudah menemani, berbagi bersama dan saling membantu serta mendukung selama masa perkuliahan.
14. Seluruh teman-teman Manajemen 2018 Kampus Palembang dan Kampus Indralaya. Bersyukur bisa mengenal teman-teman yang luar biasa dan menjalin silaturahmi yang baik.

Penulis,

Cantika

NIM. 01011381823143

ASLI

JURUSAN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS
20/11/2018

ABSTRAK

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA
KARYAWAN BAGIAN PERKEBUNAN PT JAYA ABADI
SRIWIJAYA PALEMBANG**

Oleh :
Cantika

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang. Populasi dalam penelitian karyawan bagian perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang berjumlah jumlah 57 karyawan. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampel jenuh. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Teknik analisis data menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Beban Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang. Berdasarkan aspek-aspek yang telah diteliti sebaiknya manajemen perusahaan lebih memperhatikan mengenai beban kerja karena dapat mempengaruhi stres kerja karyawan.

Kata Kunci : Beban Kerja dan Stres Kerja

Pembimbing I



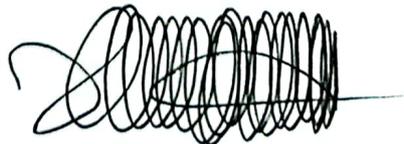
Dr. Hj. Zunaidah, M.si
NIP. 196610221992032002

Pembimbing II



Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M
NIP. 198104012014092001

Ketua Jurusan Manajemen



Dr. Muhammad Ichsan Hadjri, S.T., M.M
NIP. 198907112018031001

ABSTRACT

**THE EFFECT OF WORKLOAD ON WORK STRESS OF EMPLOYEES
IN THE PLANTATION SECTION OF PT JAYA ABADI SRIWIJAYA
PALEMBANG**

By :
Cantika

This study aims to determine and analyze the effect of workload on work stress of employees in the plantation section of PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang. The population in this study is employees in the plantation section at PT Jaya abadi Sriwijaya which amounts to 57 employees. This study used saturated sampling techniques. The data used in this study is primary data with data collection technique used is through questionnaires. The data analysis technique used is simple linier regression analysis. Based on the result of the study showed that the workload had a positive and significant effect on workstress of employees in the Plantation Section of PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang. Based on the aspects that have been studied, the company's management should pay more attention to the workload because it can affect the work stress of the employees.

Keywords: Workload, Workstress

Advisor I



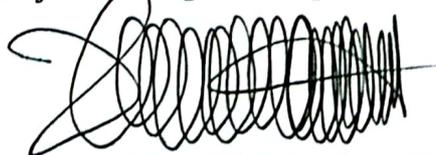
Dr. Hj. Zunaidah, M.si
NIP. 196610221992032002

Advisor II



Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M
NIP. 198104012014092001

Chairman of The Management Department



Dr. Muhammad Ichsan Hadjri, S.T., M.M
NIP. 198907112018031001

ASLI

JURUSAN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI 20/12/23

SURAT PERNYATAAN ABSTRAK

Kami dosen pembimbing skripsi menyatakan bahwa Abstrak Skripsi dalam Bahasa Inggris dari mahasiswa :

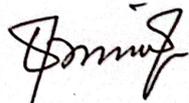
Disusun oleh :

Nama : Cantika
NIM : 01011381823143
Fakultas : Ekonomi
Jurusan : Manajemen
Bidang Kajian/Konsentrasi : Manajemen Sumber Daya Manusia
Judul : Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja
Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi
Sriwijaya Palembang

Telah kami periksa penulisan *grammar*, maupun susunan *tenses* dan dari kami setuju untuk ditempatkan pada lembar abstrak.

Pembimbing Skripsi,

Ketua



Dr. Hj. Zunaidah, M.si
NIP. 196610221992032002

Anggota



Dr. Wita Farla WK, S.E., M.M
NIP. 198104012014092001

x

RIWAYAT HIDUP

Nama Mahasiswa : Cantika
NIM : 01011381823143
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir : Padang/ 15 Mei 2000
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Alamat : Jl. Jaya Indah, Lr. Rukun 2, RT. 21, RW 06, No 1057, 14 Ulu, Kecamatan Seberang Ulu 2, Kota Palembang, Sumatera Selatan.
Alamat E-mail : puspitacantika@gmail.com

PENDIDIKAN FORMAL

2006 – 2012 SD Negeri 61 Palembang
2012 – 2015 SMP Negeri 15 Palembang
2015 – 2018 SMA Negeri 15 Palembang

PENGALAMAN ORGANISASI

2018 – 2020 Anggota Gerakan Seribu Sehari Indonesia (GSSI)
2018 – 2021 Anggota IMAJE FE Universitas Sriwijaya

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN KOMPREHENSIF	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN INTEGRITAS KARYA ILMIAH.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
SURAT PERNYATAAN ABSTRAK.....	x
RIWAYAT HIDUP	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
2.1 Landasan Teori.....	13
2.1.1 Teori Atribusi.....	13
2.1.2 Definisi Beban Kerja.....	14
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	16
2.1.4 Indikator Beban Kerja.....	17
2.1.5 Definisi Stres Kerja.....	18
2.1.6 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	19
2.1.7 Indikator Stres Kerja	21
2.2 Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja.....	22
2.3 Penelitian Terdahulu	24

2.4 Kerangka Konseptual	29
2.5 Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	31
3.2 Rancangan Penelitian.....	31
3.3 Jenis dan Sumber Data	32
3.3.1 Jenis Data	32
3.3.2 Sumber Data.....	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data	33
3.5 Populasi dan Sampel	33
3.6 Teknik Analisis Data.....	34
3.6.1 Uji Instrumen Penelitian	34
3.7 MSI (Method Successive Interval).....	35
3.8 Uji Statistik.....	35
3.8.1 Analisis Regresi Linier Sederhana.....	35
3.8.2 Analisis Koefisien Korelasi	36
3.8.3 Analisis Koefisien Determinasi (R^2).....	36
3.8.4 Uji t	36
3.9 Definisi Operasional Variabel	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	39
4.1.1 Profil Perusahaan	39
4.1.2 Visi dan Misi Perusahaan.....	39
4.1.3 Struktur Organisasi PT Jaya Abadi Sriwijaya Bagian Perkebunan	40
4.2 Analisis Data	41
4.2.1 Deskripsi Profil Responden	41
4.2.2 Distribusi Jawaban Responden	45
4.2.3 Hasil Uji Instrumen.....	56
4.2.3.1 Hasil Uji Validitas	56
4.2.3.2 Hasil Uji Reliabilitas	57

4.2.4 Metode Suksesif Interval	58
4.2.5 Hasil Uji Statistik	58
4.2.5.1 Analisis Regresi Linier Sederhana	58
4.2.5.2 Analisis Koefisien Korelasi	60
4.2.5.3 Analisis Koefisien Determinasi	60
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan	68
5.2 Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Pencapaian Target Pada Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang Periode Januari – Desember 2021	3
Tabel 1.2 Beban Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang	5
Tabel 1.3 Jam Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang	7
Tabel 1.4 Jumlah Kecelakaan Kerja PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang Bagian Perkebunan Periode Tahun 2020 dan 2021	8
Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	24
Tabel 3.1 Interpretasi Koefisien Korelasi (r)	36
Tabel 3.2 Definisi Operasional	37
Tabel 4.1 Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 4.2 Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4.3 Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	42
Tabel 4.4 Frekuensi Responden Berdasarkan Status Pernikahan	42
Tabel 4.5 Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	42
Tabel 4.6 Distribusi Jawaban Responden Variabel Beban Kerja	45
Tabel 4.7 Distribusi Jawaban Responden Variabel Stres Kerja.....	45
Tabel 4.8 Hasil Uji Validitas.....	48
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas.....	49
Tabel 4.10 Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana	59
Tabel 4.11 Hasil Analisis Koefisien Korelasi	59
Tabel 4.12 Hasil Koefisien Determinasi	60
Tabel 4.13 Hasil Uji t.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	28
Gambar 4.1 Struktur Organisasi PT Jaya Abadi Sriwijaya Bagian Perkebunan...	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	76
Lampiran 2 Metode Suksesif Interval.....	79
Lampiran 3 Hasil Uji SPSS.....	82

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Karyawan yang bekerja dan memegang posisi pada suatu perusahaan tentu diberikan tanggung jawab untuk mengerjakan kewajibannya yang dijelaskan pada *job description*. Pendapat Mondy & Martocchio (2016) *job description* adalah dokumen yang mengemukakan secara terperinci segala sesuatu tentang posisi pekerjaan. Hal ini tanggung jawab atau kewajiban para pekerja yang bisa juga disebut dengan beban kerja.

Definisi beban kerja yang dikemukakan oleh Koesomowidjojo (2017) yaitu segala bentuk pekerjaan yang diserahkan kepada karyawan dan diselesaikan dalam kurun waktu tertentu. Menurut Susiarty *et al.*, (2019) beban kerja timbul dari interaksi antara tuntutan tugas, lingkungan kerja karyawan ditempatkan, keterampilan yang dimiliki, perilaku dan persepsi dari karyawan. Pendapat Yuli Asih *et al.*, (2018) bahwa persepsi karyawan dapat menimbulkan keadaan stres.

Karyawan merasakan tugas yang diberikan berat atau ringan dapat menimbulkan persepsi negatif terhadap *job description*. Karyawan memiliki pandangan tugas yang diberikan berat dan sulit. Pada kondisi tugas atau beban yang dimiliki merasa mudah dan monoton juga dapat menimbulkan keadaan stres kerja. Beban kerja yang terlalu berat atau ringan akan berdampak pada inefisiensi kerja.

Berdasarkan pendapat Irawati *et al.*, (2017) ketika kemampuan pekerja sangat tinggi dibandingkan tuntutan pekerjaan menyebabkan timbul rasa bosan. Sebaliknya ketika kecakapan pekerja tersebut dibawah atau rendah dibandingkan

ketentuan tugas yang diamanahkan menimbulkan pusing serta lelah berlebihan sehingga berpengaruh pada fisik dan psikis pekerja. Hal ini perlu dihindari karena dapat menimbulkan ketidakseimbangan. Menurut Mangkunegara (2017) beban kerja salah satu faktor penyebab stres kerja.

Setiap pekerjaan merupakan beban bagi pelakunya apalagi di zaman kini perkembangan dan kemajuan yang terus ada. Berdasarkan Wijaya *et al.*, (2019) pekerja di banyak negara dihadapkan dengan berbagai tantangan baru. Tantangan tersebut meningkatnya tuntutan untuk mempelajari kemampuan baru, mengadopsi cara kerja baru, tekanan untuk produktivitas yang lebih tinggi, persaingan kerja, tekanan waktu dan tuntutan akan kualitas kerja yang tinggi.

Pekerja yang gagal dalam memenuhi tuntutan-tuntutan beban kerja tersebut sering kali mengalami stres kerja. Dikutip dari *The American Institute Of Stress* pada tahun 2021 bahwa stres diartikan sebagai suatu keadaan perasaan yang dialami ketika seseorang merasakan bahwa tuntutan melebihi sumber daya pribadi dan sosial yang dapat dilakukan.

Berdasarkan laporan *survei* yang dilakukan oleh *State Of The Global Workplace* tahun 2020 stres pekerja mencapai 43% secara global di 116 negara dunia. Stres kerja pun terjadi di Indonesia berdasarkan situs penelitian tidur *Savvy Sleeper* pada tahun 2019 hasilnya menunjukkan kota Jakarta, Indonesia menduduki posisi ke enam sebagai kota dengan tingkat stres yang tinggi.

Berdasarkan sudut pandang manajemen tidak khawatir jika karyawan mengalami stres yang ringan. Menurut Widhiastuti (2020) dengan alasan tingkat stres tertentu akan memberikan akibat positif, karena mendesak pekerja untuk

melakukan tugas yang lebih baik. Pada tingkat stres tinggi atau stres ringan yang berkepanjangan akan membuat menurunnya kinerja. Manajemen memberikan tugas menyertakan stres ringan mungkin akan memberikan keuntungan bagi organisasi serta menjadi dorongan bagi pekerja, tetapi dari sudut pandang individu hal tersebut sebaliknya bukan hal yang diinginkan dan akan dirasakan sebagai tekanan.

Hasil studi pada PT Jaya Abadi Sriwijaya pada bagian perkebunan diperoleh data-data yang dapat melihat bagaimana beban kerja dan stres kerja mempengaruhi karyawan. Berdasarkan pendapat Koesomowidjojo (2017) dimensi beban kerja salah satunya sistem yang mengejar target, sehingga dapat menimbulkan peningkatan beban kerja bagi pekerja. Berikut data target yang diberikan kepada enam pengurus area bagian perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang.

Tabel 1.1 Data Pencapaian Target Pada Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang Periode Januari – Desember 2021

Bulan	Target	Realisasi Pencapaian (%)						
	(Rp)	(Ha)	Tim A	Tim B	Tim C	Tim D	Tim E	Tim F
Januari	193.488.000	240	92	94	89	91	95	87
Februari	193.488.000	240	91	89	88	91	91	90
Maret	193.488.000	240	87	83	89	91	96	92
April	193.488.000	240	97	99	91	95	97	89
Mei	193.488.000	240	62	52	54	41	52	33
Juni	193.488.000	240	97	93	96	95	95	99
Juli	193.488.000	240	96	93	91	120	98	89
Agustus	193.488.000	240	97	89	90	98	91	89
September	193.488.000	240	91	91	89	96	92	99
Oktober	193.488.000	240	95	93	91	91	98	89
November	193.488.000	240	95	94	99	97	98	99
Desember	193.488.000	240	91	95	95	90	93	98
Rata-rata			90	88	93	91	91	87

Sumber: PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang, 2022

Berdasarkan tinjauan data bahwa adanya target merupakan salah satu penyebab beban kerja yang diterima karyawan memberatkan. Tabel 1.1 tersebut merupakan tujuan besar bulanan. Eksekusinya dilakukan pembagian atau dipecah menggunakan target harian.

Kesimpulannya adalah para tim memiliki hasil yang berbeda-beda, bersifat fluktuatif secara keseluruhan. Rata-rata melihat hasilnya bahwa secara angka menunjukkan hasil yang baik. Diketahui Tim F memiliki hasil yang terendah yaitu 87% dan tertinggi adalah Tim C yaitu 93%. Pada bulan Januari sampai April, Juni hingga Desember rata-rata hasil target produktivitas penanaman hampir mendekati target dengan rata-rata 90%. Hal ini memberi dampak semua proses pembayaran berjalan dengan baik.

Pada bulan Mei mengalami penurunan tajam akibat adanya hari besar sehingga banyak karyawan yang meminta cuti dan meliburkan diri. Aktivitas kerja di perkebunan sedikit dan terbatas sehingga tidak sesuai yang diharapkan. Dampaknya menyebabkan perusahaan menerima pemotongan pembayaran lalu pekerja digaji dengan beberapa potongan. Hal ini merugikan banyak pihak bukan hanya karyawan termasuk perusahaan.

PT Jaya Abadi Sriwijaya bagian perkebunan menunjukkan target hasil kerja yang baik sesuai yang diharapkan. Karyawan tentu tidak lepas dari tekanan yang diberikan setiap hari oleh atasan selalu ditekankan dan dituntut menyelesaikan pekerjaan. Dituntut menuntaskan target bulanan dengan jelas membuat emosional, pendapat Mukhtar (2021) karyawan tentu takut ketika pekerjaan tidak selesai dan

tidak mematuhi perintah atasan karena dapat berdampak ke hal lain, seperti pemotongan gaji sehingga semua karyawan dapat terindikasi mengalami stres kerja.

Menurut Koesomowidjojo (2017) salah satu dimensi beban kerja adalah kondisi pekerjaan. Perusahaan dapat menganalisis bagaimana kemampuan ketua koordinator, pengawas dan pengurus bertanggung jawab menyelesaikan beban kerja yang diberikan. Pengurus memiliki tanggung jawab besar mengurus pekerjaan sehingga seluruh karyawan dapat terindikasi mengalami stres kerja.

Berikut beban kerja karyawan yaitu bagian pengurus, pengawas dan pekerja beserta keluhan yang dirasakan karyawan.

Tabel 1.2 Beban Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang

No	Posisi	Tuntutan Tugas
1	Pengawas	Mengawasi dan membantu pengurus serta pekerja berkeliling di lapangan yang melelahkan ketika kurangnya komunikasi menimbulkan konflik membuat pengawas tertekan
2	Pengurus	Mengkoordinir pembagian kerja, mengobservasi kinerja pekerja, memberikan perintah ke pekerja, memastikan kebutuhan, membagi target, membuat laporan hasil kerja, pengawasan operasional dan pekerja tim setiap hari yang membosankan. Proses mengatur pekerja yang memberatkan ada pekerja yang sulit diatur dan bekerja sembarangan yang memicu perasaan kesal
3	Pekerja	Menanam bibit pemupukan, penyemprotan hama, ketika target harian tak tercapai terjadi penumpukan tugas, harus selalu mengikuti perintah atasan dalam bekerja. Bekerja dengan manual sehingga membutuhkan tenaga lebih yang melelahkan

Sumber: PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang, 2022

Data pada Tabel 1.2 merupakan penjelasan beberapa jenis beban kerja yang diamanahkan kepada tiga bagian pekerja yaitu pengurus, pengawas dan pekerja. Masing-masing karyawan memiliki tugas yang berbeda sesuai posisi sehingga pekerja juga mengemukakan beberapa keluhan berbeda yang dirasakan. Salah satu

keluhan informasi yang didapatkan ketika ada masalah dalam komunikasi berefek menimbulkan konflik. Berdasarkan pendapat Mukhtar (2021) komunikasi yang buruk merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja.

Masa akhir bulan terjadi proses pengecekan kerja oleh perusahaan rekanan. Para koordinator, pengawas dan pengurus merasakan detak jantung yang berdegup kencang menunjukkan gejala stres secara fisiologis. Karyawan merasakan cemas dan takut apabila hasil kerja yang dilakukan tidak maksimal menurut Robbins (2015) yang menunjukkan gejala stres secara psikologis.

Perusahaan pernah dihadapi masalah target penanaman bibit harian hasilnya tak tercapai dan proses pembersihan gulma tidak tuntas. Para karyawan pun diperingatkan perusahaan secara berlebihan. Karyawan mengalami ditekan beban dalam bekerja di organisasi.

Pembagian kerja secara setiap hari berdasarkan Tabel 1.2 bahwa pekerja pun stres saat tugas terus diberikan sedangkan tugas sebelumnya belum tuntas. Hal ini memicu karyawan merasakan beban yang diberikan berlebihan. Berdasarkan pendapat Robbins (2015) bahwa tekanan dapat memicu menurunnya konsentrasi. Keadaan sebaliknya merasakan keadaan bosan pada pekerjaan yang monoton setiap harinya menunjukkan tanda stres kerja secara gejala psikologis.

Rata-rata para karyawan adalah laki-laki salah satu karyawan mengakui bahwa ketika terjadi permasalahan yang dihadapi cukup memberatkan. Salah satu masalah yang pernah dialami melakukan kesalahan akibat komunikasi yang buruk dan dimarahi atasan. Langkah pelampiasan karyawan ketika merasa tidak nyaman adalah merokok secara berlebihan.

Berdasarkan informasi rata-rata pekerja adalah perokok aktif dan sering merokok secara terus-menerus hal ini merupakan gejala stres berdasarkan pendapat Hamali (2016). Menurut Robbins (2015) meningkatnya konsumsi merokok menjadi gejala perilaku stres. Perusahaan telah memberikan larangan merokok di saat jam kerja di wilayah perkebunan yang dapat memicu api, namun karyawan tetap merokok.

Tabel 1.3 Jam Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang

Minggu	Hari	Jam Kerja
1	Senin – Sabtu	08.00 – 16.00 WIB
2	Senin – Sabtu	08.00 – 16.00 WIB
3	Senin – Sabtu	08.00 – 16.00 WIB
4	Senin – Minggu	08.00 – 17 .00 WIB

Sumber: PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang, 2022

Tabel 1.3 jam kerja karyawan bagian perkebunan memiliki waktu kerja enam kali seminggu secara resmi dijanjikan sesuai peraturan yang dibuat perusahaan. Jam kerja pukul 08.00 WIB sampai pada pukul 16:00 WIB ditotalkan maka jumlah jam kerja rata-rata para karyawan adalah 48 jam per minggunya. Kenyataannya para pekerja bekerja melebihi 48 jam per minggu dan melebihi 8 jam per hari.

Masa akhir bulan rata-rata para pengurus dan pengawas diperintahkan untuk menambah waktu jam kerja sehingga di hari minggu tetap bekerja. Berdasarkan Tabel 1.3 pada minggu ke empat mencapai lebih dari 49 jam. Menurut Koesomowidjojo (2017) jam kerja melebihi standar resmi memberatkan bagi pekerja sehingga meningkatnya beban kerja. Menurut Mukhtar (2021) hal tersebut memicu terjadinya stres kerja.

Berdasarkan *International Labor Organization* tahun 2018 lebih dari 400 juta pekerja bekerja 49 jam bahkan lebih per minggunya di seluruh dunia. Statistik terbaru pada tahun 2021 bahwa pekerja di Indonesia yang bekerja selama 49 jam dan lebih yakni mencapai 27% per minggunya. Menurut Koesomowidjojo (2017) salah satu faktor yang menunjukkan beban kerja berlebihan adalah jam kerja berlebihan.

Jam kerja berlebihan dapat menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Hal ini memicu terjadi hal lainnya seperti kurangnya konsentrasi, kesalahan dan kelalaian yang dilakukan karyawan. Menurut Robbins (2015) salah satu gejala stres secara psikologis adalah menurunnya konsentrasi. Hal ini dapat berdampak salah satu hal yang tidak diinginkan terjadi yaitu kelalaian dan kecelakaan kerja.

Berdasarkan pendapat Hamali (2018) gejala stres yang dialami pada tingkat organisasi salah satunya adalah adanya kesalahan dan kecelakaan kerja. Berikut ini data kecelakaan kerja yang dialami karyawan bagian perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya.

Tabel 1.4 Jumlah Kecelakaan Kerja PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang Bagian Perkebunan Periode Tahun 2020 dan 2021

Tahun	Jumlah Kecelakaan
2020	33
2021	47

Sumber: PT Jaya Abadi Sriwijaya Bagian Perkebunan, 2022

Berdasarkan informasi lokasi proyek penanaman PT Jaya Abadi Sriwijaya bagian perkebunan berlangsung di ruang terbuka. Musim panas terik matahari dengan suhu tinggi membuat pekerja lebih cepat lelah secara fisik dan mental. Karyawan dituntut untuk tetap menjaga kondisi tubuh. Berdasarkan Tabel 1.4 setiap

tahun ada kejadian kecelakaan dan kelalaian kerja pada perusahaan yang menunjukkan hal yang tidak baik.

Pendapat Hamali (2018) bahwa adanya tingkat kelalaian dan kecelakaan kerja yang dialami menunjukkan adanya indikasi stres kerja pada karyawan di organisasi. Menurut Robbins (2015) kelalaian dan kesalahan yang dilakukan karyawan merupakan gejala stres kerja. Menurut Afandi (2018) penyebab kecelakaan dan kelalaian terbesar adalah faktor manusia salah satunya yaitu faktor kelelahan dan kebosanan.

Angka kecelakaan kerja berdasarkan data yang dilaporkan dikategorikan tinggi dan mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya. Ada beberapa kejadian kecelakaan yang dialami yang mungkin tidak dilaporkan kepada manajemen. Menurut Marina, *et al.*, (2018) kelelahan yang menimbulkan kelalaian dan kecelakaan kerja. Merupakan kejadian yang tidak terduga sehingga mengenai korban manusia dan benda.

Proses pekerjaan menimbulkan kecelakaan yang ringan maupun sedang. Karyawan terluka karena benda tajam, kecelakaan pengoperasian alat berat, terjadi kram saat melakukan pekerjaan, tergelincir hingga cedera, ataupun terkena paparan zat kimia saat proses penyemprotan hama. Beberapa kondisi akibat kelalaian yang dilakukan atau keadaan yang tidak terhindari oleh pekerja.

PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang yakni perusahaan swasta yang bergerak di bidang jasa konstruksi dan supplier yang berpartisipasi mengerjakan pembangunan dalam sektor pemerintah ataupun swasta. Salah satu bagian dari

perusahaan ini adalah rekanan di bidang perkebunan. Berfokus sebagai penyedia tenaga kerja, penanaman dan perawatan tanaman akasia.

Di Indonesia sektor perkebunan merupakan salah satu sektor penting terutama peningkatan ekonomi daerah. Lalu penciptaan lapangan kerja daerah tersebut. Terlebih lagi pemenuhan kebutuhan dalam negeri maupun luar negeri.

Akasia menjadi hutan tanaman industri atau HTI suatu luasan tanaman yang sengaja ditanami tanaman industri terutama kayu dengan tipe sejenis. Tujuannya secara khusus menjadi hutan yang dapat dieksploitasi tanpa membebani hutan alami. Menurut *Research Council*, tanaman akasia merupakan tanaman hutan yang memiliki fungsi produksi dan perlindungan yang menjadi tanaman perkebunan unggulan untuk pemenuhan kebutuhan kayu pada industri pulp dan kertas.

Menurut Sulistyono (2019) industri pulp dan kertas di Indonesia kian meningkat dari tahun ke tahun, peluang pasar masih terbuka dan kapasitas produksi meningkat karena ada perluasan. Hal ini menyebabkan kebutuhan akan bahan baku semakin banyak. Pohon akasia yang menjadi prioritas bahan baku utama pulp dan kertas diantaranya *Acacia Crassiparva* dan *Acacia Mangium*.

Perusahaan mengungkapkan bahwa tantangan dan permasalahan yang dihadapi beragam. Beberapa kasus ditemukan pekerja yang berlari tanpa kabar dan sulit mematuhi peraturan seperti larangan merokok saat bekerja. Berdasarkan wawancara 5 dari 3 pekerja mengeluhkan beban yang berat, jenuh, stres dan besarnya energi mental dan fisik dalam pekerjaan sisanya menyatakan beban yang biasa saja.

Salah satunya tekanan dalam proses bekerja yang cukup sulit. Tenaga yang besar untuk mengerjakan tugas yang diberikan. Beban yang berat menimbulkan perasaan tertekan bagi pekerja dengan gejala-gejala stres seperti kelelahan, sakit kepala dan jantung berdebar. Gejala stres secara psikologis seperti menurunnya konsentrasi dan malas bekerja. Gejala stres secara perilaku seperti meningkatnya konsumsi merokok (Robbins, 2015).

Penelitian yang pernah dilakukan terlebih dahulu dengan menyinggung beban kerja berpengaruh secara positif terhadap stres kerja oleh Raharja & Heryanda (2021), Nafs, (2020) dan Zulmaidarleni *et al.*, (2019). Hasil yang berbeda menunjukkan sebaliknya bahwa beban kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kerja yang dilakukan oleh Sandianto *et al.*, (2018).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang.”**

1.2 Rumusan Masalah

Berkaitan dengan latar belakang yang telah dijelaskan rumusan masalah yang dapat disimpulkan yaitu bagaimana pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada karyawan Bagian Perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan bagian perkebunan PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dalam menganalisa mengenai manajemen sumber daya manusia. Tentang beban kerja dan kesehatan kerja khususnya stres kerja yang dapat memengaruhi kualitas karyawan dalam mengerjakan tujuan organisasi.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi PT Jaya Abadi Sriwijaya Palembang untuk lebih memperhatikan para karyawan. Dampak beban kerja dan stres kerja sehingga perusahaan dapat melakukan pengendalian secara efektif dan efisien agar tidak menimbulkan efek negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, P. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia: Teori, Konsep dan Indikator*. Pekanbaru: Zanafa Publishing.
- Agastya, P. Y., & Satria, I. H. (2018). Pengaruh Konflik Interpersonal Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Pegawai Di Dinas Perhubungan Provinsi Bali. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 7(8), 4570.
<https://doi.org/10.24843/ejmunud.2018.v07.i08.p19>
- Amaliyah, & Triwastuti, R. (2023). *Perilaku Organisasi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Arbila, S. J. (2022). Pengaruh Ketidakadilan Gender Terhadap Kesenjangan Jumlah Pekerja Laki-laki dan Perempuan di Industri. *kompasiana.com*.
Diambil dari
<https://www.kompasiana.com/salsajeniatriarbila/61efa3a206310e72a70cfd02/pengaruh-ketidakadilan-gender-terhadap-kesenjangan-jumlah-pekerja-laki-laki-dan-perempuan-di-industri>
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- August N. Chatton. (2017). *Trik Ampuh Pembangkit Semangat Kerja Karyawan Anda*. Yogyakarta: Laksana.
- Bahri, S. (2018). *Metode Penelitian Bisnis - Lengkap Dengan Teknik Pengolahan Data SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Budiasa, I. K. (2021). *Beban Kerja dan Kinerja Sumber Daya Manusia*. Banyumas.
- Cahyaningtyas, I. D., & Santosa, A. D. (2021). The Impact of Competency, Workload, and Work Environment to Work Stress and The Employee Performance of Bank BJB S. Parman. *INOBISS: Jurnal Inovasi Bisnis dan Manajemen Indonesia*, 4(3), 389–396.
<https://doi.org/10.31842/journalinobis.v4i3.191>
- Cahyano, E. W. (2019). *The Power Of Gratitude*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dewi, R. S., & Riana, I. G. (2019). The Effect of Workload on Role Stress and Burnout. *Journal of Multidisciplinary Academic*, 03(03).
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik dan Stres*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Eni Mahawati, Ika Yuniwati, Rolyana Ferinia, Puspita Puji Rahayu, Tiara Fani, Anggri Puspita Sari, Retno Astuti Setijaningsih, Qurnia Fitriyatunur, Ayudia Popy Sesilia, Isti Mayasari, Idah Kusuma Dewi, S. B. (2021). *Analisis Beban Kerja dan Produktivitas Kerja*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- Erawati, K. N., Ni Wayan Sitiari, dan N. L. P. I. (2019). The Effect of Stress and Working Environment on Employee Performance through Motivation Mediation : A Case Study on International Restaurant in Badung Bali.22–30. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Jagaditha*, 6(1), 22–30.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program. IBM SPSS 23* ((Edisi 8).). Semarang: Badan penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2018). *Analisis Multivariate SPSS*. Semarang: Badan penerbit Universitas Diponegoro.
- Gorvett, Z. (2019). WHO Jabarkan Fenomena Kelelahan Bekerja, apa itu dan bagaimana mengatasinya? *BBC Capital*. Diambil dari <https://www.bbc.com/indonesia/vert-cap-48604523>
- Gunawidjaya, H. (2016). *Bahagia Dalam Jeda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Habibah, D. Y. & L. R. (2015). Hubungan Antara Kualitas Kehidupan Kerja Dengan Burnout Syndrom Pada Karyawan PT. Surya Alam Permaidid Palembang. *Psikologia*, 10(3), 78–86.
- Habibi, J., & Jefri. (2018). Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Pekerja Di Unit Produksi PT. Borneo Melintang Buana Export. *Journal of Nursing and Public Health*, 6, 50–59.
- Hadjri, Muhammad Ichsan, W. F., Raneo, A. P., Santati, F. X. P., & Karimudin, Y. (2022). Burnout, Work-Family Conflict, and Performance of Health Workers: A Case Study at Hospital in Palembang during the Covid-19 Pandemic. *Proceedings of the 7th Sriwijaya Economics, Accounting, and Business Conference (SEABC 2021)*, 647(Seabc 2021), 374–378. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.220304.049>
- Hamali, Arif Yusuf. (2018). *Pemahaman Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Hamali, Arif Yusus. (2016). *Pemahaman Manajemen SDM*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Hanafi, K., Pontoh, G. T., & Sari, E. N. (2022). *Spiritualitas dan Kepuasan Kerja Dalam Meningkatkan Kinerja Rumah Sakit*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Handoko, T. H. (2017). *Manajemen Personalia & Sumberdaya Manusia*. Yogyakarta: Badan Penerbit FE UGM.
- Hartono, R. R. (2015). *Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Stres Kerja Sebagai Variabel Intervening (Studi Pada Perawat Rumah Sakit Panti Wilasa Citarium Semarang)*. Universitas Diponegoro. Universitas Diponegoro.
- Irawati, R., & Carrollina, D. A. (2017). Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap

- Kinerja Karyawan Operator Pada Pt Giken Precision Indonesia. *Inovbiz: Jurnal Inovasi Bisnis*, 5(1), 51. <https://doi.org/10.35314/inovbiz.v5i1.171>
- Jahari, J. (2019). Effect of Workload , Work Environment, Work Stress on Employee Performance of Private Universities in the City of Bandung, Indonesia. *International Journal of Sicence and Society*, 1(2), 1–8.
- Jayati, D. D., & Sulistyan, R. B. (2021). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Rekan Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan Dira Kencong. *The strategy of Creative Economy Development Through Small Business and Culture*, 4(1), 335–340.
- Johari, J., Fee Yean Tan., dan Z. . I. T. Z. (2018). Autonomy, Workload, Work-life Balance and Job Performance among Teachers. *International Journal of Educational Management*, 32(1), 107–120.
- Kamalia, L. O. (2021). *Peran Komite Medis dan Keperawatan Dalam Sistem Pemasaran Jasa Kesehatan Sebagai Upaya Peningkatan Kinerja Rumah Sakit*. Bandung: Penerbit Media Sains Indonesia.
- Koesomowidjojo, S. R. M. (2017). *Panduan Praktis Menyusun Analisis Beban Kerja*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Kriyantono, R. (2017). *Teori-Teori Public Relations Perspektif Barat & Lokal*. Jakarta: Kencana.
- Kusumaputri, E. S. (2018). *Komitmen pada Perubahan Organisasi (Perubahan Organisasi dalam Perspektif Islam dan Psikologi)* (1 ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam. *Journal of management*, 3(2).
- Mangkunegara, A. A. A. P. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Maulina, N. & S. (2019). No Titl. *Jurnal Averrous*, 5(2), 44–58.
- Mondy, R.W., & Martocchio, J. J. (2016). *Human Resource Management* (14 ed.). Harlow: Pearson Education.
- Mukhtar, A. (2021). *Stres Kerja dan Kinerja di Lembaga Perbankan Syariah*. Pekalongan: Penerbit Nasya Expanding Management.
- Munandar, A., Musnadi, S., & Sulaiman, S. (2019). The Effect of Work Stress, Work Load and Work Environment on Job Satisfaction And It's Implication on The Employee Performance of Aceh Investment And One Stop Services Agency. <https://doi.org/10.4108/eai.3-10-2018.2284357>
- Mustika Suci, I. S. (2018). Analisis Hubungan Faktor Individu Dan Beban Kerja

- Mental Dengan Stres Kerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 7(2), 220. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v7i2.2018.220-229>
- Nafs, T. (2020). Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada Guru Tahfidz di Pesantren Terpadu Darul Qur'an Mulia. *Acta Psychologia*, 2(2), 199–208.
- Nanda, A. W., & Sugiarto, A. (2020). Stres Kerja: Pengaruhnya Terhadap Motivasi Kerja dan Kinerja Karyawan. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 9(2), 276–288.
- Ngatimun, Sanusi, A., & Manan, A. (2019). The Effect of Workload, Work Stress, and Emotional Intelligence towards Teacher Performance through Organizational Commitment. *IOSR Journal of Business and Management*, 21(8), 63–72. <https://doi.org/10.9790/487X-2108026372>
- Raharja, K., & Heryanda, K. K. (2021). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pegawai BPBD Kabupaten Buleleng Dengan Lingkungan Kerja Sebagai Variabel Moderasi. *Bisma: Jurnal Manajemen*, 7(2), 201. <https://doi.org/10.23887/bjm.v7i2.31936>
- Rahman, K. G. (2021). *Good Governance dan Pengendalian Internal pada Kinerja Pengelolaan Keuangan*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rizky, D. (2018). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dengan Work Life Balance Sebagai Variabel Intervening (Studi Pada Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur Surabaya). *Jurnal Administrasi Bisnis*, 61(4), 47–53.
- Robbins, P. S. dan T. A. J. (2015). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Rorimpandey, W. H. F. (2020). *Faktor Faktor yang Mempengaruhi Guru Sekolah Dasar*. Malang: Ahlimedia Press.
- Rosyia Wardani. (2020). Pengaruh Beban Kerjadan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Puskesmas Kediri Lombok Barat, NTB. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan Syariah (ALIANSI)*, 4(1).
- Sandianto, S., Tualeka, A. R., & Indriani, D. (2018). The effect of workload on the job stress of nurses in outpatient care unit of public hospital Surabaya, Indonesia. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 9(1), 80–84. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.00015.3>
- Sari, A. R., & Prijanto, B. (2022). *Hubungan Kausalitas*. Bandung: Feniks Muda Sejahtera.
- Sari, A., & Rahyuda, A. G. (2019). The Effect of Work Loads on Job Satisfaction Mediated By Job Stress. *International Journal of Economics and*

Management Studies, 6(8), 174–181.
<https://doi.org/10.14445/23939125/ijems-v6i8p119>

- Septiawan, B., Masrunik, E., & Rizal, M. (2020). *Motivasi Kerja dan Generasi Z (Teori dan Penerapan)*. Jakarta: Zaida Digital Publishing.
- Shabbir, B., dan R. N. N. (2017). Impact of Workload and Job Complexity on Employee Job Performance with the Moderating Role of Social Support and Mediating Role of Job Stress: A Study of Travel agencies in Rawalpindi, Islamabad and AJK. *Journal of Accounting & Marketing*, 06(1), 1–7.
- Siagian, S. P. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Siswanto, S., A. S. Supriyanto, U. Ni'mah, N. Asnawi, dan I. S., & Of, W. (2019). Does a Workload Influence the Performance of Bank Employees? *Management Science Letters*, 9(5), 639–650.
- Sitanggang, P. H., & Ikram, M. A. D. (2021). Pengaruh Work Life Balance dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja (Studi Pada Bpjs Ketenagakerjaan Kantor Cabang Kota Kediri Jawa Timur). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB*, 9(2).
- Sudiarditha, I. K. R., Mardi, & Margaretha, L. (2019). Study of Employee Performance : Workload On Job Satisfaction And Work Stress. *Economics and Education Online Journal (ECONOSAINS)*, 17(1), 31–45.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyo Rini, A. (2019). Industri Pulp Dan Kertas Indonesia Masuk 10 Besar Dunia. Diambil dari <https://ekonomi.bisnis.com/read/20190127/257/882862/industri-pulp-dan-kertas-indonesia-masuk-10-besar-dunia>
- Sumantrie, P. (2021). *Manajemen Dalam Berorganisasi*. Malang: Ahlimedia Press.
- Susiarty, A., Suparman Lalu, M. S. (2019). The Effect of Workload and Work Environment on Job Stress and Its Impact On the Performance of Nurse Inpatient Rooms at Mataram City General Hospital. *Scientific Research Journal*, 7(6).
- Susilaningsih. (2018). Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Sinarmas Distribusi Nusantara Semarang. *Jurnal Ekonomi Manajemen*, 1(33), 1–20.
- Suwatno, D. J. P. (2018). *Manajemen SDM Dalam Organisasi Publik dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.

- Syamsudin. (2022). *Optimalisasi OCB (Organizational Citizenship Behaviour) Guru*. Lombok: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.
- Tarwaka. (2015). *Ergonomi Industri: Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja* (Edisi II). Surakarta: Harapan Press.
- Tentama, F., Rahmawati, P. A., & Muhopilah, P. (2019). The effect and implications of work stress and workload on job satisfaction. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 8(11), 2498–2502.
- Tewal, B., Adolfina, Pandowo, M. C. H., & Tawas, H. N. (2017). *Perilaku Organisasi*. Bandung: CV. Patra Media Grafido.
- Tri Utari, Tuti Wediawati, and F. A. (2021). The effect of stress and workload on employee performance in the division maintenance department PT Indominco Mandiri In Bontang. *Technium Social Sciences Journal*, 22, 35–44.
- Wibowo. (2019). *Perilaku Dalam Organisasi*. Depok: Rajawali Pers.
- Widhiastuti, H., & Harsoyo, P. (2020). *Manajemen Stres Menggunakan Hypnoterapi*. Universitas Semarang Press. Semarang.
- Wijaya, K. S., Koesma, R., & Zamralita, Z. (2019). Peranan Reaksi Stres Kerja Terhadap Kualitas Hidup Pada Pekerja Level Operator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(1), 159.
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i1.3510>
- Yamin, S. dan H. K. (2014). *SPSS Complete: Teknik Analisis Statistik Terlengkap dengan Software SPSS*. Jakarta: Salemba infotek.
- Yuli Asih, G., Widhiastuti, H., & Rusmalia, D. (2018). *Stres Kerja*. Semarang: Semarang University Press.
- Zulkifli, & Akbar, S. A. (2019). Hubungan Usia, Masa Kerja dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Service Well Company PT. ELNUSA TBK Wilayah Muara Badak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 47–61.
- Zulmaidarleni, Sarianti, R., & Fitria, Y. (2019). Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Fisik Kecamatan Padang Timur. *Jurnal Eco Gen*, 2 Nomor 1(Maret), 61–68. Diambil dari
<http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pek/article/view/6133/3074>