

Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Tingkat Stres Kerja Pembimbing Kemasyarakatan di BAPAS Kelas I Banjarmasin

Noor Cahaya¹, Ceria Hermina¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
Email noorcahaya088@gmail.com

Submitted: 2 Agustus 2023 Revised: 2 Oktober 2023 Accepted: 11 November 2023
DOI: 10.38156/psikowipa.v4i2.109

Abstract

Work stress is an interaction between working conditions and worker characteristics that change normal physical and psychological functions. Job stress arises as a form of individual incompatibility with the work environment. One of the factors that affect work stress is workload. This study aims to look at the effect of workload on the work stress of the social counselor of the Banjarmasin Class I Bapas. The research method used is a quantitative method with a correlational design. Data collection tools used are the Workload scale and Work Stress scale. Subject taking technique using total sampling. There are 38 subjects in total. The data analysis used is simple linear regression analysis. The results of the researchers showed that the workload affected the work stress of the community counselors of the First Class of the Banjarmasin Fathers. Workload affects work stress by 10.9% ($R^2=0.109$; $F(4,409) = sig <.043$). Based on these results, the research hypothesis is accepted, namely that there is an effect of workload on the work stress of community supervisors of the First Class Bapas Banjarmasin.

Keywords: Workload; Work Stress, BAPAS

Abstrak

Stres kerja merupakan suatu interaksi antara kondisi kerja dengan sifat-sifat pekerja yang mengubah fungsi fisik maupun fungsi psikis yang normal, stress kerja timbul sebagai bentuk ketidaksesuaian individu dengan lingkungan kerja. Salah satu faktor yang mempengaruhi stress kerja adalah beban kerja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh beban kerja terhadap stress kerja pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala Beban Kerja dan skala Stres Kerja. Teknik pengambilan subjek menggunakan total sampling. Total subjek sebanyak 38. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana. Hasil peneliti menunjukkan beban kerja mempengaruhi Stres Kerja pada pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin. Beban Kerja berpengaruh terhadap stress kerja sebesar 10,9% ($R^2=0,109$; $F(4,409) = sig <,043$), Sedangkan 99,1% dari faktor lain. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh beban kerja terhadap stress kerja pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin.

Kata kunci : Beban Kerja, Stres Kerja, BAPAS

Pendahuluan

Balai Pemasayarakatan atau yang biasa disebut BAPAS merupakan salah satu unit pelaksana teknis pemsayarakatan dari Kementrian Hukum dan HAM yang mempunyai peran dan fungsi diantaranya, melaksanakan penelitian kemasyarakatan. Balai pemsayarakatan adalah lembaga yang membimbing klien atas wewenang yang dimilikinya (BAPAS Banjarmasin, 2022). Salah satu unsur yang ada di BAPAS adalah Pembimbing Kemasyarakatan (PK) dan Asisten Pembimbing Kemasyarakatan (APK), tugas dari pembimbing kemasyarakatan adalah membuat litmas, melakukan pendampingan ABH atau anak yang berhadapan dengan hukum, membimbing, mengawasi warga binaan pemsayarakatan atau Andik Pas yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan lembaga yang berlaku, serta mengadakan sidang tim pengamat

pemasyarakatan atau TPP di lapas, LPKA dan rutan, hal ini sejalan dengan peraturan menteri pendayagunaan aparatur negara dan reformasi birokrasi Republik Indonesia nomor 22 tahun 2016 tentang jabatan fungsional pembimbing kemasyarakatan. Pembimbing kemasyarakatan sebagai pegawai yang bekerja dalam bidang hukum dan HAM dituntut untuk mampu menyelesaikan pekerjaan yang diberikan dengan cepat. Rutinitas pekerjaannya yaitu melakukan bimbingan kemasyarakatan setiap hari kepada klien yang datang untuk wajib lapor, litmas ke berbagai lapas dan rutan dalam seminggu tiga hingga empat kali, yang mencakup wilayah kerja balai pemasyarakatan kelas I Banjarmasin, meliputi lapas Banjarmasin, lapas Banjarbaru, lapas Karang Intan, LPP, LPKA, rutan Pelaihari dan Marabahan. Dengan total klien bimbingan kemasyarakatan sebanyak 1.278 orang sedangkan jumlah pembimbing kemasyarakatan hanya 38 orang, artinya bahwa 1 petugas pembimbing kemasyarakatan menangani atau membuat litmas lebih dari 30 orang klien.

Menurut Nurcahyawati (2016) stress adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang, stress yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan. Stres kerja menurut Hager (dalam Waluyo, 2015) yaitu sangat bersifat individual dan pada dasarnya dapat merusak bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan mental individu dengan beban yang dirasakan. Stres kerja juga dapat diartikan sebagai ketegangan kerja yang diakibatkan oleh berbagai sebab karena stres kerja merupakan hal umum yang akan mungkin dialami oleh setiap pekerja (Pradnyani & Rahayuda, 2022). Selanjutnya stres kerja merupakan emosi yang mengakibatkan ketidaknyamanan sehingga tertekan secara fisiologis, psikologis dan kognitif pada karyawan Landy & Conte (2013). Sedangkan menurut Tewal dkk, (2017) stres kerja adalah keadaan dinamis di tempat kerja ketika pekerja dihadapkan dengan peluang, batasan atau persyaratan, mereka bekerja dengan harapan dapat mencapai hasil sesuai dengan target yang telah disusun dalam kondisi penting dan tidak pasti, individu yang bekerja yang dengan diberikan tekanan atau batasan akan sulit mencapai hasil yang diinginkan karena para pekerja tersebut mengalami kondisi stress kerja.

Salah satu faktor yang mempengaruhi stress kerja adalah beban kerja, beban kerja terkait dengan salah satu stressor dalam stress kerja yaitu stressor tuntutan tugas (Hertanto, 2011). Stressor akibat tuntutan tugas adalah stressor yang terkait dengan tuntutan banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan dan kelancaran dalam melaksanakan pekerjaan (Hertanto, 2011). Beban kerja adalah sekumpulan tugas dengan tanggung jawab yang harus dilakukan organisasi beserta unit-unitnya dalam satu waktu dan jumlah tenaga kerja tertentu (Apriani dkk, 2013). Beban kerja sebagai suatu konsep yang timbul akibat adanya keterbatasan kapasitas saat menghadapi suatu tugas, individu dapat menyelesaikan tugas tersebut pada tingkatan tertentu, apabila keterbatasan dimiliki individu tersebut menghambat/menghalangi tercapainya hasil kerja pada tingkat yang diharapkan, berarti telah terjadi kesengajaan antara tingkat kemampuan yang diharapkan dan tingkat kapasitas yang dimiliki (Nabawi, 2019). Beban kerja menurut Anita dkk, (2013) adalah sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan secara sistematis

Hasil penelitian terdahulu juga menyatakan terdapat keterkaitan antara kerja dengan stress kerja. Penelitian yang dilakukan Melati dkk, (2015) ditemukan bahwa beban kerja berpengaruh positif terhadap stres kerja, bila beban kerja karyawan bertambah maka stres kerja karyawan juga akan meningkat. Dari penjelasan di atas urgensi dalam penelitian ini memprioritaskan kesejahteraan dan kesehatan mental para pembimbing, penelitian ini juga memiliki dampak besar terhadap peningkatan efisiensi serta kualitas layanan yang diberikan kepada masyarakat dan narapidana. Selain itu, hasil

penelitian akan memberikan wawasan berharga bagi manajemen BAPAS dalam mengelola sumber daya manusia secara efektif, mendukung peningkatan kualitas hidup para tenaga kerja, dan mengembangkan program pembinaan yang sesuai dengan tuntutan pekerjaan. Selain memberikan kontribusi pada literatur ilmiah, penelitian ini juga berpotensi menjadi panduan praktis bagi praktisi di lapangan serta memberikan landasan kuat bagi pengambil keputusan dalam merancang kebijakan dan strategi yang lebih efektif dalam manajemen tenaga kerja dan pelayanan pembimbingan kemasyarakatan. Dengan mempertimbangkan aspek-aspek tersebut, penelitian ini memiliki potensi besar untuk memberikan kontribusi positif pada bidang pembimbingan kemasyarakatan dan kesejahteraan tenaga kerja di BAPAS Kelas I Banjarmasin.

Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif. Dengan desain korelasional. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala Beban Kerja dan skala Stres Kerja, pada skala beban kerja disusun berdasarkan aspek-aspek yang diungkap menurut Gawron (2008), sedangkan pada Skala stres kerja yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala HSE (Health & Safety Executive). Skala ini telah diadaptasi ke dalam konteks bahasa Indonesia oleh Grasiawaty dkk, (2020). Skala ini pertama kali di buat oleh Cousins dkk, (2004). Model penskalaan dalam penelitian ini menggunakan skala likert, metode skala likert yang digunakan terdiri dari lima respon pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, sesuai, dan sangat sesuai (Periantalo, 2015). Teknik pengambilan subjek menggunakan total sampling. Total subjek sebanyak 38 orang. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana.

Hasil Penelitian

Data yang digunakan dari penelitian ini berdasarkan data dari 38 responden yang merupakan pembimbing kemasyarakatan kelas 1 Banjarmasin. Deskripsi data penelitian menggunakan data hipotetik. Sebanyak 36 subjek dengan persentase (95%) yang memiliki stres kerja dalam kategori tinggi, serta terdapat 2 subjek dengan persentase (5%) yang memiliki stres kerja dalam kategori sedang dan tidak ada subjek yang memiliki stres kerja dalam kategori rendah, sedangkan pada sebanyak 35 subjek dengan persentase (92%) yang memiliki beban kerja dalam kategori tinggi, serta terdapat 3 subjek dengan persentase (8%) yang memiliki beban kerja dalam kategori sedang dan tidak ada subjek yang memiliki beban kerja dalam kategori rendah.

Uji normalitas untuk mengetahui bahwa sebaran data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov*, yakni jika signifikansi $> 0,05$ maka dikatakan berdistribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansi $< 0,05$ maka dikatakan tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas sebagai berikut:

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	Df	Sig
Stres Kerja	0,089	38	0,200
Beban Kerja	0,108	38	0,200

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi dari variabel beban kerja sebesar 0,200 yang berarti bahwa sebaran data berdistribusi normal dan untuk variabel stres kerja dapat diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang mana sebaran data berdistribusi normal. Nilai signifikansi kedua variabel lebih dari 0,05.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Uji linearitas ini merupakan syarat atau asumsi sebelum dilakukannya analisis regresi linear. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel penelitian yakni variabel X dan variabel Y memiliki hubungan yang linear.

Tabel 2. Uji Linearitas

Beban Kerja*Stres Kerja	Sig.
Linearity	0,034

Berdasarkan tabel di atas, dapat nilai signifikansi pada data tersebut adalah 0,034 < 0,05 yang artinya data tersebut bersifat linear. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel beban kerja dan variabel stres kerja, sehingga persyaratan untuk uji linearitas terpenuhi.

Uji korelasi pada penelitian ini untuk menguji dan membuktikan secara statistik ada tidaknya hubungan antara beban kerja terhadap stres kerja menggunakan analisis korelasi product moment dengan bantuan software SPSS (Statistical Program for Social Science) 22 for windows, Kedua variabel dinyatakan memiliki hubungan jika taraf signifikan $p < 0,05$.

Tabel 3. Uji Korelasi

	Beban Kerja	Stres Kerja	Signifikansi
Beban Kerja (X)	1	.330*	0,043
Stres Kerja (Y)	.330*	1	0,043

Hasil uji korelasi yang menggunakan analisis korelasi *product moment* telah dilakukan, yaitu nilai signifikan 0,043 < 0,05 hal ini menunjukkan adanya korelasi antara beban kerja dengan stres kerja, maka asumsi korelasi diterima.

Uji hipotesis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi linear sederhana. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh beban kerja terhadap stres kerja. Analisis regresi linier sederhana adalah penilaian yang di dalamnya terdapat ketergantungan antara variabel yang satu dengan variabel lainnya. Kedua variabel memiliki hubungan kausal atau mempunyai hubungan sebab akibat, yaitu saling berpengaruh.

Tabel 4. Tabel Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Sts. Error of the Estimate
1	.330 ^a	.109	.084	5.929

Tabel 5. Tabel Anova

Model	Sum Of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	154.987	1	154.987	4.409	.043

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa variabel bebas (beban kerja) dapat memprediksi variabel terikat (stres kerja) dengan signifikan, dimana beban kerja menjelaskan variasi stres kerja sebesar 10,9% ($R^2 = 0,109$; $F(4,409) = sig < ,043$). Dengan demikian, maka hipotesis peneliti yang berbunyi ada pengaruh beban kerja terhadap

stres kerja diterima.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin. Melalui hasil olah data dengan uji statistik menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji korelasi, dan uji hipotesis dapat dikatakan bahwa hipotesa peneliti pada penelitian ini dapat diterima karena hasil yang didapatkan menunjukkan adanya pengaruh yang positif antara kedua variabel yaitu pengaruh beban kerja terhadap stres, artinya bila variabel beban kerja meningkat maka stres kerja juga akan meningkat dan sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dengan nilai R Square diperoleh sebesar 0,109 yang berarti pengaruh beban kerja terhadap stres kerja adalah sebesar 10,9%, sedangkan 89,1% di pengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan hipotesis penelitian (H_a) diterima yang berarti terdapat pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin dengan pengaruh 10,9%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Alfandara (2019) yang menunjukkan hasil bahwa beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hafifa (2022) juga menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja. Sedangkan 89,1% terdapat pada faktor lain, seperti kontrol atas pekerjaan, tingkat dukungan sosial, kepuasan dan kepentingan terhadap pekerjaan, ketidakpastian tugas, konflik peran, dan adil atau tidaknya perlakuan di organisasi, semuanya dapat berkontribusi pada tingkat stres seseorang. Selain itu, harmonisasi nilai individu dengan nilai organisasi, kondisi lingkungan fisik dan ergonomi, tuntutan antar personal, serta faktor kesehatan pribadi juga memainkan peran penting dalam menentukan tingkat stres. Penting untuk mengakui bahwa respon terhadap stres kerja bersifat individual, oleh karena itu, strategi pengelolaan stres harus mempertimbangkan kompleksitas interaksi antar faktor-faktor ini serta memungkinkan pendekatan yang disesuaikan dengan situasi dan individu yang bersangkutan Robbins & Judge (2015).

Berdasarkan pendapat Cousins dkk, (2004) menyatakan bahwa tuntutan yang semakin tinggi akan menyebabkan seseorang semakin mudah terlibat dalam stres kerja, namun stres ini dapat dikurangi dengan meningkatkan kontrol orang tersebut terhadap pekerjaannya. Robbins & Judge (2015) mengemukakan bahwa stres kerja adalah keadaan dinamis di tempat kerja ketika pekerja dihadapkan dengan peluang, batasan atau persyaratan, mereka bekerja dengan harapan dapat mencapai hasil sesuai dengan target yang telah disusun dalam kondisi penting dan tidak pasti, individu yang bekerja yang dengan diberikan tekanan atau batasan akan sulit mencapai hasil yang diinginkan karena para pekerja tersebut mengalami kondisi stress kerja. Menurut Taylor, (2018) stres kerja terjadi pada pegawai yang memiliki emosi negatif yang mempengaruhi psikologis, fisiologi dan perilaku untuk menyesuaikan diri dari lingkungan kerja atau dari peristiwa yang menegangkan, menekan, mengancam dan membahayakan ketika sedang bekerja.

Sedangkan beban kerja menurut Gawron (2008) merupakan suatu tuntutan tugas-tugas yang harus dikerjakan sebagai upaya dan prestasi dilakukan dalam batas waktu tertentu. Individu yang bekerja memiliki tuntutan tugas dari suatu unit atau organisasi, sehingga tugas yang diberikan unit atau organisasi harus diselesaikan dalam waktu tertentu agar sesuai dengan target pencapaian. Tarwaka (dalam Pajow, 2016) menyatakan bahwa beban kerja merupakan suatu upaya yang harus dilakukan dalam batas waktu tertentu, interaksi antara tugas yang harus dijalankan dan lingkungan dimana tempat bekerja berupa beban mental maupun fisik ialah beban kerja.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin. Berdasarkan analisis data pada penelitian ini melalui pengujian statistik, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh dengan arah yang positif dan signifikan antara beban kerja terhadap stres kerja pada pembimbing kemasyarakatan Bapas Kelas I Banjarmasin. Hal ini terlihat dari hasil yang ditunjukkan pada uji regresi linier sederhana didapatkan hasil nilai F hitung ialah 4.409 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,043 <0,05 yang berarti beban kerja berpengaruh terhadap stres kerja. Adapun dilihat pada nilai koefisien determinasi / R Square diperoleh sebesar 0,109 yang berarti pengaruh beban kerja terhadap stres kerja adalah sebesar 10,9%.

Saran

Dari hasil penelitian ini, adapun beberapa saran yang dapat diberikan peneliti antara lain, saran teoritis yaitu hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan wawasan ilmu pengetahuan, memperkaya keilmuan khususnya dalam bidang psikologi industri dan organisasi mengenai beban kerja dan stres kerja. Saran Praktis, bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan atau menambah variabel agar dapat mengetahui faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi stres kerja pada Pembimbing Kemasyarakatan Kelas 1 Banjarmasin. Bagi Balai Pemasyarakatan Kelas I Banjarmasin diharapkan agar dapat menambah jumlah Pembimbing Kemasyarakatan yang ada di Balai Pemasyarakatan Kelas I Banjarmasin agar pelaksanaan proses pembimbingan Klien Pemasyarakatan dapat berjalan lebih maksimal. Bagi Pembimbing Kemasyarakatan, diharapkan agar dapat mengelola stres ketika bekerja, sehingga tuntutan pekerjaan yang ada tidak terasa begitu berat.

Daftar Pustaka

- Alfandara, S. (2019). *Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai di Lapas Pemuda Kelas III Langkat* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(1).
- Anita, J., Aziz, N., & Yunus, M. (2013). Pengaruh penempatan dan beban kerja terhadap motivasi kerja dan dampaknya pada prestasi kerja pegawai dinas tenaga kerja dan mobilitas penduduk Aceh. *Jurnal Manajemen Pascasarjana Universitas Syiah Kuala*, 2(1), 67-77.
- Apriani, dkk. (2013). Analisis Karakteristik Individu, Komitmen, Organisasi Beban Kerja Dan Kinerja Pegawai Dinas Pendidikan Nasional Provinsi Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Manajemen*, 15(1), 113-130.
- Asih, dkk. (2018). *Stress Kerja* (1 Ed.). Semarang University Press.
- Azwar, S. (2019). *Metode Penelitian Psikologi* (2 Ed.). Pustaka Pelajar.
- Birhanu, M., Gebrekidan, B., Tesefa, G., & Tareke, M. (2018). Workload Determines Workplace Stress among Health Professionals Working in Felege-Hiwot Referral Hospital, Bahir Dar, Northwest Ethiopia. *Journal of Environmental and Public Health*.
- Cousins, R., Mackay, C. J., Clarke, S. D., Kelly, C., Kelly, P. J., & McCaig, R. H. (2004). Management Standards' and work-related stress in the UK: Practical
- Egawati, S. (2022). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan Di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru Di Masa Pandemi* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).

- Griffin dan Moorhead. (2013). *Organizational Behaviour Managing People and Organizations*. Cengage Learning
- Grasiaswaty, N. (2020). The role of work stress on individual work performance: Study in civil servants. *Jurnal Manajemen dan Pemasaran Jasa*, 13(1), 111-126.
- Hafifa, S. Z. (2021). *Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan Di Puskesmas Dewantara Aceh Utara Pada Masa Pandemi Covid-19* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Hertanto, E. (2016). Pengaruh Stressor, Kepuasan Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Putera Dharma Industri Pulogadung Jakarta Timur. *International Journal of Trade, Economics and Finance*, 7(2).
- Izzati, U. A., & Mulyana, O. P. (2019). Psikologi industri & organisasi. *Penerbit Bintang Surabaya*, 188.
- Jum'ati, N., & Wuswa, H. (2013). Stres Kerja (Occupational Stres) yang Mempengaruhi Kinerja Individu pada Dinas Kesehatan Bidang Pencegahan Pemberantasan Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2P-PL) di Kabupaten Bangkalan. *Neo-Bis*, 7(2), 195-211.
- Khuong, M. N., & Yen, V. H. (2016). Investigate the Effects of Job Stress on Employee Job Performance A Case Study at Dong Xuyen Industrial Zone, Vietnam. *International Journal of Trade, Economics and Finance*, 7(2), 31-37.
- Landy, F. J., & Conte, J. M. (2013). *Work in The 21st Century: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*. America: John Wiley & Sons, Inc.
- Lestari, A. (2022). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Di Balai Pemasyarakatan Kelas I Medan Skripsi.
- Marchelia, V. (2014). Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pada Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 2301-8267.
- Marliani, R. (2015). Psikologi industri dan organisasi. *Bandung: Pustaka Setia*.
- Melati, P., Yo, P., Bagus, I., & Surya, K. (2015). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Sebagai Variabel Mediasi. 4(5), 1149-1165.
- Nabawi, R. (2019). Pengaruh lingkungan kerja, kepuasan kerja dan beban kerja terhadap kinerja pegawai. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 2(2), 170-183.
- Nurchayawati, B. (2017). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Perawat Igd Rsud. A. Wahab Sjahranie. *Motivasi*, 4(1), 136-148.
- Paat, C. S. (2016). Pengaruh Penempatan dan Beban Kerja Terhadap Prestasi Kerja Pegawai pada Dinas Pemuda dan Olahraga (DISPORA) Manado. *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*, 16(4).
- Pajow, D. (2016). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di Pt. Timur Laut Jaya Manado. *Pharmacon Jurnal Ilmiah Farmasi-Unsrat*, 5(2).
- Periantalo, J. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi: Asyik Mudah dan Bermanfaat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Periantalo J. (2019). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Pradnyani, N. W. S., & Ganesha, R. A. (2022). Peran Stres Kerja Dalam Memediasi Pengaruh Work-Life Balance dan Kompetensi Terhadap Kinerja Pegawai. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 10(3).
- Runtu V. V., & et al. (2018). Hubungan Beban Kerja Fisik Dengan Stres Kerja Perawat Diruang Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado. *Journal Keperawatan*, 6(1).
- Salsabilla, B. P. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Di Bidang Perdagangan Berjangka Komoditikota Semarang. (Doctoral dissertation, Universitas Semarang).

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan) (3rd Ed)*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastriningsih, dkk. (2018). Beban Kerja dan Kepemimpinan Transformasional Implikasinya Pada Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Ecodemica*, 2.
- Sunarso dan Kusdi. (2010). Pengaruh Kepemimpinan, Kedisiplinan, Beban Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Manajemen Sumberdaya Manusia* , 4, 72–79.
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology* (10 Ed.). McGraw-Hill Education.
- Tewal dkk. (2017). *Perilaku Organisasi* (1 Ed.). Cv. Patra Media Grafindo.
- Umbara, I. T., Renggong, R., & Hamid, A. H. (2020). Peran Pembimbing Kemasyarakatan Sebagai Penegak Hukum Dalam Pencegahan Pengulangan Tindak Pidana Pada Balai Pemasyarakatan Kelas 1 Makassar. *Indonesian Journal Of Legality Of Law*, 2(2), 126-13.