



STRES KERJA PADA PERAWAT DI INSTALASI RAWAT INAP RSU DARMAYU PONOROGO

Muhammad Yazid Labib✉, Ani Asriani Basri, Eka Rosanti, Rindang Diannita

Jurusan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor

ARTICLE INFO

Article history

Submitted : 2020-05-22

Revised : 2020-12-07

Accepted : 2020-12-27

Keywords:

Occupational stress
Survey diagnosis stress
NASA TLX

Kata Kunci:

Stres kerja
Survei diagnosis stres
NASA TLX

ABSTRACT

Nurses have different levels of occupational stress. This research is to analyze the factors associated with the incidence of occupational stress on nurses in the inpatient installation at Darmayu Public Hospital. This type of research is cross-sectional. The population is 90 nurses with a sample of 73 nurses, the sample is taken by simple random sampling. The data are collected by measuring stress using a stress diagnosis survey questionnaire from The Ministry of Manpower of Indonesia No. 5 2018 and NASA TLX questionnaire to assess workload. The statistical test used is Chi-Square. Based on the results of the Chi-Square test, it is found that there are no factors related to the incidence of occupational stress, both from the factors of gender ($p = 0.836$), working period ($p = 0.572$), nutritional status ($p = 0.108$), and workload ($p = 0.434$). From the results of this study it can be concluded that the average workload and work stress of nurses is moderate. Then there is no significant relationship between gender, working period, nutritional status, and workload with the incidence of occupational stress on nurses in the inpatient installation at Darmayu Ponorogo Hospital.

Perawat mempunyai tipe stres kerja yang berbeda-beda. Penelitian ini untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada perawat di instalasi rawat inap RSUD Darmayu Ponorogo. Jenis penelitian ini adalah *cross-sectional*. Populasinya adalah sebanyak 90 perawat dengan sampel sebanyak 73 perawat, pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pengukuran stres menggunakan kuesioner survei diagnosis stres dari Permenaker RI No. 5 Tahun 2018 dan kuesioner NASA TLX untuk menilai beban kerja. Uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square. Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh bahwa tidak ada faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja, baik dari faktor masa kerja ($p = 0,572$), status gizi ($p = 0,108$), dan beban kerja ($p = 0,434$). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa rata-rata beban kerja dan stres kerja perawat adalah sedang. Kemudian tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja, status gizi, dan beban kerja dengan kejadian stres kerja pada perawat di instalasi rawat inap RSUD Darmayu Ponorogo.

✉ Corresponding Author:

Muhammad Yazid Labib

Jurusan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Darussalam Gontor

Telp. 082146916620

Email: m.yazidlabib@gmail.com

PENDAHULUAN

Kesehatan kerja umumnya mengacu pada kondisi bebas dari rasa sakit fisik dan mental akibat lingkungan kerja. Risiko kesehatan yang timbul dalam kurun waktu tertentu dapat menimbulkan stres, gangguan emosi atau fisik (Mangkunegara, 2011).

Maka dari itu, risiko kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan gangguan mental dapat terjadi dimana saja, tak terkecuali di lingkungan rumah sakit. Sektor kesehatan merupakan salah satu sektor dengan kejadian stres kerja tertinggi. (ILO, 2016) Meskipun semua profesional di rumah sakit berisiko

mengalami stres, tekanan stres pada perawat lebih tinggi (Perwitasari et al., 2016).

Prevalensi stres kerja di antara perawat Vietnam berada pada angka 18,5% (Tran et al., 2019) dan di Rumah Sakit Umum Provinsi Ratchaburi Thailand berada pada angka 26,2% perawat yang berisiko tinggi terpapar stres kerja (Aoki et al., 2011). Sementara itu *American National Association for Occupational Health* mengungkapkan bahwa stres kerja perawat merupakan 40 kasus teratas (Fuada et al., 2017).

Terdapat 1.800 perawat yang bekerja di 29 rumah sakit di New Zealand. Hal ini

mengidentifikasi di antara sumber stres kerja bagi perawat, antara lain sulitnya bekerja sebagai perawat di unit perawatan intensif dan minimnya kesulitan menangani pasien yang tidak memiliki harapan atau kecil harapannya untuk hidup (Kasmarani, 2012).

Sebuah studi terhadap 632 perawat di Arab Saudi mengemukakan bahwa ada hubungan langsung antara desakan pekerjaan dan kinerja perawat. Penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja merupakan variabel antara desakan pekerjaan dan kinerja perawat (Al-Homayan et al., 2013).

Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) mengungkapkan sebanyak 50,9% perawat Indonesia dengan pengalaman kerja akan merasa pusing, lelah, tidak ramah, kurang istirahat, dan stres karena terlalu banyak tekanan kerja dan penghasilan yang tidak mencukupi (Sami'an, 2013).

Berdasarkan hasil survei awal mengenai stres kerja di lokasi penelitian terhadap 10 orang perawat di beberapa ruangan di instalasi rawat inap, yaitu ruang Flamboyan, Dahlia, Mawar, dan Tulip dapat diketahui bahwasanya perawat memiliki tingkat stres kerja sedang. Bahkan satu di antaranya memiliki tingkat stres kerja yang tinggi.

Perbedaan penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya adalah pada penelitian-penelitian sebelumnya belum ada analisa mengenai hubungan stres kerja dengan faktor-faktor seperti status gizi, masa kerja, jenis kelamin dan masa kerja. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada perawat di instalasi rawat inap.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian *cross sectional study*.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di bagian instalasi rawat inap RSUD Darmayu Ponorogo pada bulan Februari – Maret 2020.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perawat Instalasi Rawat Inap di RSUD Darmayu Ponorogo yang berjumlah 90 orang. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah

dengan menggunakan *Simple Random Sampling* dengan menggunakan rumus Slovin dan total dari rumus tersebut dihasilkan 73 sampel.

Pengumpulan Data

Jenis data untuk penulisan ini diambil dari data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari rumah sakit dalam bentuk kuesioner Survei Stres Diagnosis (SDS) dari Permenaker No. 5 tahun 2018 dan NASA TLX untuk kuesioner beban kerja, masa kerja, dan Indeks Massa Tubuh (IMT).

NASA-TLX adalah salah satu metode untuk pengukuran beban kerja mental yang banyak digunakan dan terbukti memberikan hasil yang baik di antara metode lainnya (P.A. Hancock & Meshkati, 1988). Data sekunder adalah jumlah data perawat di instalasi rawat inap yang diperoleh dari rumah sakit.

Pengolahan dan Analisis Data

Data diolah dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS. Uji *chi-square* yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai alpha 0,05.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Deskripsi frekuensi responden berdasarkan analisis univariat variabel independen dapat dilihat pada tabel. Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas responden mempunyai masa kerja baru atau kurang dari 5 tahun, yaitu sebanyak 42 orang (57,5%) dan sebagian kecil berada pada masa kerja lama atau lebih dari 10 tahun, yaitu sebanyak 15 orang (20,5%). Kemudian berdasarkan pada status gizi menyatakan bahwa status gizi rata-rata responden adalah normal, yaitu sebanyak 48 orang (65,8%). Sedangkan apabila melihat kepada beban kerjanya, responden dengan beban kerja ringan dan sedang sama-sama berjumlah 32 orang, dan hanya 9 orang (12,3%) yang memiliki beban kerja berat.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah stres kerja. Deskripsi frekuensi responden berdasarkan stres kerja juga dapat dilihat pada tabel 1. Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang sebanyak 72

orang (98,6%) dan hanya satu orang yang memiliki tingkat stres tinggi atau 1,4%.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Masa Kerja, Status Gizi, Beban Kerja, dan Stres Kerja pada Perawat di Bagian Instalasi Rawat Inap RSUD Darmayu Ponorogo

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Masa Kerja		
Baru	42	57.5
Sedang	16	21.9
Lama	15	20.5
Status Gizi		
<i>Underweight</i>	5	6.8
<i>Normal</i>	48	65.8
<i>Overweight</i>	16	21.9
<i>Obesitas</i>	4	5.5
Beban Kerja		
Ringan	32	43.8
Sedang	32	43.8
Berat	9	12.3
Stres Kerja		
Sedang	72	98.6
Tinggi	1	1.4

Analisis Bivariat

Hasil analisis hubungan antara masa kerja dan stres kerja perawat dapat dilihat pada tabel 2. Diketahui bahwa rata-rata tingkat stres kerja baik periode kerja lama maupun sedang berada pada level stres sedang. Hanya satu orang (2,4%) yang mengalami tingkat stres kerja tinggi. Hasil analisis yang diperoleh dengan nilai *chi-square* adalah 0,572. Dengan demikian tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dan stres kerja.

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa nilai mayoritas tingkat stres adalah sedang yaitu pada status gizi normal. Sementara 1 orang dengan status gizi obesitas memiliki tingkat stres kerja yang tinggi dan 3 lainnya memiliki tingkat stres kerja sedang. Hasil analisis yang diperoleh dengan nilai *chi-square* adalah 0,108. Dengan demikian tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan stres kerja.

Diketahui bahwa terdapat 1 dari 32 responden (3,1%) dengan beban kerja ringan yang memiliki tingkat stres tinggi. Selain itu, ada juga 9 responden dengan beban kerja berat yang tidak memiliki tingkat stres tinggi dan hanya memiliki beban kerja sedang. Hasil analisis yang diperoleh dengan nilai *chi-square* adalah 0,434. Dengan demikian tidak ada

hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja.

PEMBAHASAN

Masa kerja adalah seorang pekerja yang bekerja pada kurun waktu tertentu di tempat kerja. Masa kerja dapat berdampak positif dan negatif pada kinerja. Jika jam kerja seseorang lebih lama dan memiliki lebih banyak pengalaman dalam melaksanakan tugasnya, ia dapat berdampak positif terhadap kinerja. Sebaliknya jika masa kerja yang semakin lama menimbulkan kebiasaan kerja maka akan berdampak negatif. Hal ini terkait dengan pekerjaan yang berulang-ulang dan monoton.

Rata-rata masa kerja responden dalam penelitian ini adalah responden dengan masa kerja sedang (6 – 10 tahun), yaitu sebanyak 16 orang (21,9%), dan 15 orang (20,5%) dengan masa kerja panjang atau lebih dari sepuluh tahun kerja. Kelompok usia dewasa adalah fase yang harus memperhatikan status gizi kurang ataupun lebih karena dapat memicu munculnya penyakit-penyakit tertentu serta memengaruhi produktifitas kerja seseorang (Suryana & Olivia, 2017).

Tabel 2. Hubungan antara Masa Kerja, Status Gizi, dan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Bagian Instalasi Rawat Inap RSU Darmayu Ponorogo

Variabel	Stres Kerja						P - Value
	Sedang		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Masa Kerja							
Baru	41	97.6	1	2.4	42	100.0	0.572
Sedang	16	100.0	0	0.0	16	100.0	
Lama	15	100.0	0	0.0	15	100.0	
Jumlah	72	98.6	1	1.4	73	100.0	
Status Gizi							
<i>Underweight</i>	5	100.0	0	0.0	5	100.0	0.108
<i>Normal</i>	48	100.0	0	0.0	48	100.0	
<i>Overweight</i>	16	100.0	0	0.0	16	100.0	
Obesitas	3	75.0	1	25.0	4	100.0	
Jumlah	72	98.6	1	1.4	73	100.0	
Beban Kerja							
Ringan	31	96.9	1	3.1	32	100.0	0.434
Sedang	32	100.0	0	0.0	32	100.0	
Berat	9	100.0	0	0.0	9	100.0	
Jumlah	72	98.6	1	1.4	73	100.0	

Pada gizi buruk, beban kerja yang berat dapat mengganggu pekerjaan dan menurunkan efisiensi serta daya tahan kerja sehingga rentan terhadap penyakit dan stres. Sebagian besar responden dalam penelitian ini berstatus gizi normal, 48 (65,8%) dan sebanyak 16 kegemukan (21,9%). Di saat yang sama, empat perawat (5,5%) menderita obesitas.

Beban kerja yang terlalu banyak dan terlalu sedikit merupakan salah satu penyebab timbulnya stres. Beban kerja dapat dibagi lagi menjadi terlalu berlebih (*overload*), yang disebabkan terlalu banyak/sedikit tugas yang harus diselesaikan pekerja dalam kurun waktu tertentu. Beban kerja rata-rata penelitian ini masuk dalam kategori sedang yaitu 32 orang (43,8%) sama dengan responden dengan beban kerja lebih kecil. Sementara itu, hanya 9 orang (12,3%) yang memiliki beban kerja yang besar.

Dari keenam aspek stres kerja yang terdapat di dalam survei diagnosis stres (SDS), yaitu ketaksaan peran, konflik peran, beban kuantitatif dan kualitatif, pengembangan karir, dan tanggung jawab kepada orang lain, dihasilkan bahwa tingkat stres responden adalah rata-rata sedang, dengan kategori tingkat stres kerja tertinggi berasal dari kategori tanggung jawab kepada orang lain yang memiliki tiga

responden dengan tingkat stres kerja tinggi, dan 58 responden dengan tingkat stres sedang.

Hal itu dikarenakan tanggung jawab seorang perawat tergolong besar, terlepas dari tuntutan tugas dan beban kerja yang dihadapi, perawat juga bertanggung jawab atas keselamatan dan kesehatan pasien, bahkan dirinya sendiri. Kemudian kategori tingkat stres kerja tertinggi kedua berasal dari beban kerja kualitatif yang memiliki dua responden dengan tingkat stres tinggi, dan 61 responden dengan tingkat stres sedang. Itu disebabkan perawat memiliki tuntutan kerja yang tinggi, baik dari atasan maupun dari pasien dan bahkan keluarga mereka.

Kategori tertinggi berikutnya dari tingkat stres kerja adalah konflik peran yang memiliki dua responden dengan tingkat stres tinggi dan 53 responden dengan tingkat stres sedang. Level tertinggi berikutnya dari kategori stres kerja adalah beban kerja kuantitatif yang memiliki satu responden dengan tingkat stres tinggi dan 55 responden dengan tingkat stres sedang, aspek ketaksaan peran memiliki satu responden dengan tingkat stres tinggi dan 39 responden dengan tingkat stres sedang. Sedangkan aspek pengembangan karir memiliki tingkat stres terendah di mana tidak ada

responden yang memiliki tingkat stres tinggi. Hanya memiliki tingkat stres sedang dengan 49 responden dan sepuluh responden lainnya berada dalam tingkat stres rendah.

Hubungan Antara Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat

Munculnya stres kerja juga dipengaruhi oleh masa kerja. Individu dengan masa kerja singkat cenderung lebih rentan terhadap tekanan dalam pekerjaan dibanding individu dengan masa kerja lebih lama (Kawatu & Lery, 2019).

Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kejadian stres kerja ($p=0,572$). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Bayuwega et al., 2016), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara masa kerja dan stres kerja. Namun, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian (Prabowo, 2010), yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dan stres kerja. Hal itu disebabkan masa kerja lama ataupun baru sama-sama berpeluang menjadi pemicu stres kerja.

Bekerja dalam waktu yang lama mungkin membosankan karena pekerjaan yang monoton, sehingga menimbulkan tekanan kerja. Sementara itu, karena kurangnya pengalaman seseorang dalam menangani pekerjaan, masa kerja yang baru dapat menimbulkan stres kerja (Ibrahim et al., 2016).

Tidak adanya hubungan antara masa kerja dan stres kerja dapat dipengaruhi oleh banyaknya tanggung jawab yang diberikan kepada pekerja. Baik pekerja baru maupun lama memiliki tanggung jawab dan beban kerja yang sama. Oleh karena itu, masa kerja baru atau lama pekerja tidak akan mempengaruhi tingkat stres kerja yang dialami pekerja (Karima, 2014).

Hubungan Antara Status Gizi dengan Stres Kerja pada Perawat

Hasil analisis dalam penelitian ini diperoleh nilai *chi-square* sebesar 0,108. Dengan demikian tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan stres kerja. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nisa, 2016) dengan judul "Hubungan antara Tingkat Stres dan Konsumsi dan Status Gizi pada Siswa Kelas X di Teras Boyolali 1 SMA". Dalam penelitian itu terlihat

bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan status gizi.

Nilai rata-rata tingkat stres pada penelitian ini adalah sedang, yaitu pada status gizi normal. Hal ini dikarenakan faktor internal dari dalam diri perawat, dimana setiap orang memiliki karakter kepribadian yang berbeda-beda sehingga adanya perbedaan reaksi terhadap stresor yang sama. Selain itu, setiap orang memiliki strategi yang berbeda dalam menanggapi stresor yang ada.

Kemudian dari beberapa responden mengatakan bahwa setiap menghadapi masalah yang menimbulkan stres, mereka akan mencari solusi atas masalah yang di hadapi, mencoba beradaptasi, berkomunikasi dengan partner kerja, bersantai sejenak hingga refreshing ke kedai kopi ataupun tempat wisata yang bisa memberi kenyamanan dan inspirasi. Bahkan pihak Rumah Sakit sendiri pun mempunyai program tahunan tur ke tempat wisata yang mana tujuannya adalah untuk menghilangkan kepenatan selama bekerja dan menurunkan tingkat stres pekerja. Pernyataan ini senada dengan pendapat (Biggs et al., 2017) yang menjelaskan bahwa respon terhadap stres sangat bergantung pada bagaimana individu menafsirkan atau mengevaluasi makna peristiwa yang mengancam atau menantanginya.

Terdapat 1 orang berstatus gizi obesitas yang memiliki tingkat stres kerja tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Tienne A. U Nadeak et al., 2010) mengatakan bahwa semakin tinggi skor stres seseorang, semakin tinggi tingkat indikator status gizinya.

Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat

Tingkat beban yang terlalu tinggi akan menyebabkan penggunaan energi yang berlebihan (*overstress*). Di sisi lain, intensitas beban yang terlalu rendah menyebabkan kejenuhan ataupun kebosanan (*understress*) (Tarwaka, 2015).

Berdasarkan hasil uji analisis *chi-square* diperoleh bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian stres kerja ($p=0,434$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ibrahim et al., 2016) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja bagi pekerja di PT. Maruki International Indonesia dengan $p\text{-value}=0,13$. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

(Kenariefanokto, 2016) yang menyatakan tidak ada hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada pekerja pemintalan V PT. Sinar Pantja Djaja dengan $p\text{-value} = 0,666$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 1 dari 32 responden (3,1%) dengan beban kerja ringan yang memiliki tingkat stres tinggi. Hal ini dikarenakan respon individu responden sendiri dalam menanggapi stresor, baik dari beban kerja, tuntutan, tanggung jawab maupun dari interaksi sosial. Hal itu menyebabkan walaupun beban kerjanya cenderung ringan, namun ia tidak mampu mengatasinya dengan baik. Pernyataan ini senada dengan pendapat (Biggs et al., 2017) yang menjelaskan bahwa Respon terhadap stres sangat bergantung pada bagaimana individu menafsirkan atau mengevaluasi makna peristiwa yang mengancam atau menantanginya.

Pernyataan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian ini selanjutnya yang menyatakan bahwa terdapat 9 orang responden dengan beban kerja berat namun tak satu pun dari mereka yang memiliki stres kerja tinggi. Sementara itu jenis kegiatan yang dilakukan perawat antara lain membantu pasien dengan Latihan gerak, merawat luka, mengganti perban pasien, suntikan dan obat-obatan, mengganti infus pasien dan memonitor pasien selama jam kerja, mengambil dan menempatkan peralatan medis dan obat-obatan, merapikan tempat tidur, mencatat perawatan dan tugas delegasi dokter.

Tugas lainnya yaitu ketika perawat menangani urusan administrasi pasien, pengadaan sarana dan prasarana medis, termasuk pengambilan obat di apotek, dan perawat harus melaporkan kegiatan setiap bulan. Namun, meskipun banyak tuntutan untuk tugas perawat, terkadang hal tersebut dipengaruhi oleh jumlah pasien. Semakin banyak pasien, semakin banyak tugas yang harus diselesaikan perawat. Ini secara otomatis akan menambah beban kerja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dari ketiga faktor, di antaranya masa kerja, status gizi, dan beban kerja dihasilkan bahwa tidak ada yang memiliki hubungan signifikan terhadap stres kerja perawat. Meskipun demikian, bukan berarti perawat tidak memiliki stres kerja. Berdasarkan penelitian di atas dapat diketahui bahwa perawat memiliki stres kerja, hanya saja

mungkin stres kerjanya berada pada tingkatan rendah atau pun sedang.

Peneliti menyarankan agar manajemen menggunakan metode *biofeedback* untuk mengembangkan rencana pencegahan stres kerja bagi perawat, seperti bimbingan dokter, psikiater dan psikolog, dengan harapan perawat dapat mencegah atau menghilangkan stres yang mereka alami. Perawat juga sebaiknya memeriksakan kesehatannya, melakukan peregangan otot, mengatur nutrisi dan terus berolahraga secara teratur untuk mencegah stres terkait pekerjaan. Perlu dibuat model yang harmonis, seperti mengatur waktu dalam sehari untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi, serta menjaga komunikasi dan kohesi antar perawat untuk menciptakan suasana yang harmonis.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Homayan, A. M., Shamsudin, F. M., Subramaniam, C., & Islam, R. (2013). Impacts of job demands on nurses' performance working in public hospitals. *American Journal of Applied Sciences*.
- Aoki, M., Keiwkarnka B., & Chompikul, J. (2011). Job stress among nurses in public hospitals in Ratchaburi province, Thailand. *Journal of Public Health and Development*.
- Bayuwega, H., Wahyuni, I., & Kurniawan, B. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Anggota Polisi Satuan Reserse Kriminal Polres Blora. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*.
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. In *The Handbook of Stress and Health*.
- Fuada, N., Wahyuni, I., & Kurniawan, B. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Kamar Bedah Di Instalasi Bedah Sentral RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(5), 255–263.
- Ibrahim, H., Amansyah, M., & Yahya, G. N. (2016). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Factory 2 PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 8(1), 60–68.
- ILO. (2016). Workplace Stress: a collective

- challenge. In *International Labour Organizatio (ILO)*.
- Karima, A. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja di PT. X tahun 2014. *Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Kasmarani, M. (2012). Pengaruh Beban Kerja Fisik Dan Mental Terhadap Stres Kerja Pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat (Igd) Rsud Cianjur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*.
- Kawatu, P., & Lery, F. (2019). Bahan Ajar Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *FKM Unsrat. Manado*.
- Kenariefanokto. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Bagian Spinning V Di Pt. Sinar Pantja Djaja Sebagai Upaya Pencegahan Kecelakaan Kerja. *Skripsi*.
- Mangkunegara. (2011). Manajemen Sumber Daya Perusahaan. In *Manajemen Sumber Daya Perusahaan*.
- Nisa, A. C. (2016). Hubungan Tingkat Stres Dengan Konsumsi Makan Dan Status Gizi Pada Siswa Kelas X Di Sma Negeri 1 Teras Boyolali. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1–15.
- P.A. Hancock, & Meshkati, N. (1988). Human Mental Workload. In *Advances in Psychology*.
- Perwitasari, D. T., Nurbeti, N., & Armyanti, I. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015. *Jurnal Cerebellum*.
- Prabowo, Y. F. (2010). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres Kerja pada Bagian Produksi Industri Mebel PT. Chia Jiann Indonesia Furniture di Wedelan Jepara Tahun 2009. In *Kesehatan Masyarakat*.
- Sami'an, N. S. R. (2013). Perbedaan Stres Kerja Pada Perawat Ditinjau Dari Shift Kerja di Rumah Sakit Haji Adam Malik Medan. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*.
- Suryana, A. L., & Olivia, Z. (2017). Asupan Makan Dan Profil Lipid Pegawai Dengan Status Gizi Normal Dan Obesitas. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 16(3), 155–162. <https://doi.org/10.25047/jii.v16i3.304>
- Tarwaka. (2015). Ergonomi Industri, Dasar-dasar Pengetahuan dan Aplikasi di Tempat Kerja. Edisi Ke-2. In *Surakarta: Harapan Press*.
- Tienne A. U Nadeak, Siagian, A., & Sudaryati, E. (2010). Hubungan status Stres Psikososial dengan Konsumsi Makanan dan Status Gizi Siswa SMU Methodist-8 Medan. *Skripsi. FKM USU Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat*.
- Tran, T. T. T., Nguyen, N. B., Luong, M. A., Bui, T. H. A., Phan, T. D., Tran, V. O., Ngo, T. H., Minas, H., & Nguyen, T. Q. (2019). Stress, anxiety and depression in clinical nurses in Vietnam: A cross-sectional survey and cluster analysis. *International Journal of Mental Health Systems*. <https://doi.org/10.1186/s13033-018-0257-4>.