

## Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Stress Kerja Pada Anak Buah Kapal Kelud Di Pelabuhan Belawan Tahun 2025

### *Factors Associated with Work Stress Risk Among Crew Members of the Kelud Ship at Belawan Port in 2025*

Baringin Parapat<sup>1\*</sup>, Donal Nababan<sup>2</sup>, Henny Arwina Bangun<sup>3</sup>, Lukman Hakim<sup>4</sup> Jasmen Manurung<sup>5</sup>

<sup>1\*,2,3,4,5</sup> Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Direktorat Pascasarjana,  
Universitas Sari Mutiara Indonesia  
Email: baringinhendry77@gmail.com

#### Abstrak

Stres kerja merupakan suatu kondisi ketegangan yang timbul akibat adanya ketidakseimbangan antara fisik dan psikologi. Faktor yang menyebabkan stress kerja yaitu faktor pekerjaan dan faktor individu. Tujuan penelitian untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan risiko stress kerja pada Anak Buah Kapal Kelud Pelabuhan Belawan Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan rancangan jenis penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain cross sectional study. Penelitian ini dilakukan mulai dilakukan pada bulan Juli Tahun 2024 sampai dengan Maret Tahun 2025. Pengambilan sampel menggunakan accidental sampling, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan pada saat peneliti di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan sebanyak 50 orang. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara umur ( $p=0,035$ ), lingkungan kerja fisik ( $P=0,001$ ), beban kerja ( $P=0,005$ ), gaji atau upah ( $P=0,001$ ) dan hubungan interpersonal ( $P=0,000$ ) dengan risiko stress kerja pada ABK Kapal Kelud di Pelabuhan Belawan. Faktor yang paling dominan mempengaruhi risiko stress kerja pada ABK adalah beban kerja. Untuk itu diharapkan bagi pihak manajemen Kapal Kelud agar dapat mengatur kegiatan ABK yang efisien, mengatur waktu kerja dan waktu istirahat dengan baik, agar mereka tidak merasa kelelahan dan adanya rotasi tugas secara adil untuk mencegah kejenuhan dan kelelahan pada satu individu, serta menjaga keseimbangan beban kerja, menjalin komunikasi yang terbuka antara ABK, kapten, dan pihak manajemen kapal, dalam mengurangi kesalahpahaman dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih harmonis serta menumbuhkan rasa saling mendukung antar ABK.

**Kata kunci:** Risiko Stress Kerja; Anak Buah Kapal; ABK; Kapal Kelud; Accidental Sampling

#### Abstract

*Work stress is a state of tension that arises due to an imbalance between physical and psychological demands. Factors contributing to work stress include both job-related and individual factors. This study aims to analyze the factors associated with the risk of work stress among crew members of the Kelud Ship at Belawan Port in 2025. The study used a descriptive analytic design with a cross-sectional approach. The research was conducted from July 2024 to March 2025. The sampling technique used was accidental sampling, involving 50 crew members of the Kelud Ship at Belawan Port. The results showed significant relationships between age ( $p=0.035$ ), physical work environment ( $p=0.001$ ), workload ( $p=0.005$ ), salary or wages ( $p=0.001$ ), and interpersonal relationships ( $p=0.000$ ) with the risk of work stress. The most dominant factor influencing work stress risk was workload. Therefore, it is recommended that the management of the Kelud Ship organize crew activities more efficiently, manage working and rest times appropriately to prevent fatigue, implement fair task rotations to avoid monotony, and maintain a balanced workload. Additionally, fostering open communication between the crew, captain, and management is essential to reduce misunderstandings and create a more harmonious working environment that promotes mutual support among crew members.*

**Keywords:** Work Stress Risk, Crew Members; ABK; Kelud Ship; Accidental Sampling

\* Corresponding Author: Baringin Parapat, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Kota Medan, Indonesia

E-mail : baringinhendry77@gmail.com

Doi : 10.35451/fajmb758

Received : May 14, 2025. Accepted: June 10, 2025. Published: Oktober 30, 2025

Copyright (c) 2025 : Baringin Parapat. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

## **1. PENDAHULUAN**

Pekerjaan sebagai pelaut atau Anak Buah Kapal (ABK) merupakan salah satu profesi dengan risiko tinggi terhadap stres kerja. [1] pelaut memiliki dua kali lipat risiko mengalami gangguan psikososial dibandingkan pekerja darat. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kerja di laut memiliki tantangan fisik dan psikologis yang signifikan. Stres kerja adalah respon individu terhadap tekanan kerja yang melebihi kemampuan atau sumber daya yang dimilikinya. WHO (2020) menyatakan bahwa stres kerja dapat diperburuk apabila pekerja tidak mendapatkan dukungan sosial dan memiliki sedikit kendali terhadap pekerjaannya. Dampak dari stres kerja sangat luas, mulai dari gangguan fisik seperti sakit kepala, gangguan tidur, hingga penyakit kronis dan penurunan kinerja (Iskamto, 2021; HSE, 2019).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2022 mencatat bahwa lebih dari 450 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan mental, dan stres kerja menjadi salah satu faktor dominan yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut. Di Indonesia, menurut data dari Biro Statistik Ketenagakerjaan, rata-rata pekerja mengalami absensi sekitar 20 hari kerja per tahun akibat stres, dan sekitar 40% dari kasus pergantian tenaga kerja dipicu oleh gangguan terkait stres dan kesehatan mental [3]. Faktor penyebab stres kerja mencakup dua kategori utama: faktor individu dan faktor pekerjaan. Faktor individu meliputi usia, masa kerja, kondisi kesehatan, dan pengalaman pribadi. Sementara itu, faktor pekerjaan meliputi beban kerja, dukungan sosial, hubungan interpersonal, jam kerja, kondisi lingkungan, serta struktur organisasi [1],[2]. Lingkungan kerja menjadi aspek penting yang turut memicu stres. Lingkungan kerja fisik, seperti kebisingan, suhu ekstrem, dan ruang sempit, serta lingkungan kerja non-fisik, seperti konflik antar rekan kerja atau atasan, turut berkontribusi terhadap tingkat stres pekerja [4]. menyatakan bahwa stres kerja bersumber dari tiga faktor utama: lingkungan, organisasi, dan individu. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan adalah jika lingkungan kerja terdapat kebisingan yang melebihi ambang batas. Selain dapat menimbulkan gangguan kesehatan seperti tuli sementara dan tuli permanen, kebisingan dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti rasa tidak nyaman, konsentrasi berkurang dan emosi. [19]

Bagi ABK, kondisi kerja sangat unik dan menantang. Mereka bekerja dalam ruang terbatas, dengan kebisingan mesin, suhu panas, serta tekanan kerja yang konstan. Situasi seperti gelombang tinggi, cuaca ekstrem, dan kelelahan dapat menimbulkan kecemasan serta rasa tidak aman. Konflik interpersonal, baik antar rekan kerja maupun dengan atasan, juga menjadi sumber stres yang signifikan [5]. Berdasarkan survei awal terhadap 10 pengawas ABK, ditemukan bahwa 70% responden mengalami stres yang mengganggu produktivitas mereka. Tekanan kerja, konflik keluarga, rasa jenuh, dan ketidaknyamanan akibat lingkungan kerja menjadi penyebab utama. Stres ini diperparah oleh beban kerja yang fluktuatif, lingkungan yang keras, serta minimnya waktu istirahat. Dengan memperhatikan kondisi ini, penting untuk mengkaji lebih lanjut faktor-faktor penyebab stres kerja pada ABK guna merumuskan strategi intervensi yang tepat demi meningkatkan kesejahteraan kerja dan keselamatan pelaut.

## **2. METODE**

### **Jenis dan Rancangan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif analitik dengan desain cross-sectional study. Dalam desain ini, variabel independen dan dependen diteliti atau diamati pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan risiko stres kerja pada Anak Buah Kapal (ABK) di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan.

### **Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan. Waktu penelitian dimulai pada bulan Juli 2024 hingga Maret 2025. Sampel penelitian diambil selama periode waktu tersebut, dengan pengambilan sampel dilakukan pada saat peneliti berada di lokasi penelitian. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan secara kebetulan saat peneliti berada di lokasi penelitian, yaitu Kapal Kelud Pelabuhan Belawan.

**3. HASIL**

Pada penelitian ini, analisis multivariat dilakukan untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang berhubungan dengan risiko stres kerja pada Anak Buah Kapal (ABK) di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan, dengan menggunakan uji regresi logistik ganda. Proses analisis regresi logistik ganda ini menggunakan metode Backward LR, di mana semua variabel independen dimasukkan ke dalam model terlebih dahulu. Selanjutnya, variabel independen yang tidak signifikan dikeluarkan satu per satu berdasarkan kriteria kemaknaan statistik tertentu. Dengan proses ini, variabel-variabel yang paling berhubungan dengan risiko stres kerja akan teridentifikasi, sehingga model regresi yang terbentuk dapat menggambarkan hubungan antara variabel independen dan dependen secara lebih akurat.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat beberapa variabel independen yang memiliki hubungan signifikan dengan risiko stres kerja pada ABK, yaitu: umur ( $p=0,035$ ), pendidikan ( $p=0,010$ ), lingkungan kerja fisik ( $p=0,001$ ), hubungan interpersonal ( $p=0,000$ ), dan beban kerja ( $p=0,005$ ), dengan nilai  $p$  masing-masing  $< 0,05$ . Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa variabel-variabel tersebut berhubungan secara signifikan dengan risiko stres kerja pada ABK Kapal Kelud Pelabuhan Belawan Tahun 2025. Selanjutnya, variabel-variabel yang memiliki  $p$ -value  $< 0,25$  akan dipertimbangkan untuk dimasukkan dalam model multivariat. Selain itu, variabel lain yang tidak berhubungan seperti upah/gaji ( $p=0,201$ ) dan fasilitas kerja ( $p=0,077$ ), meskipun tidak signifikan, juga dimasukkan ke dalam model multivariat berdasarkan kriteria  $p$ -value  $< 0,25$ . Dengan demikian, analisis regresi logistik ganda ini bertujuan untuk menentukan variabel mana yang memiliki pengaruh paling kuat terhadap risiko stres kerja pada ABK di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan.

**Tabel 4.18**  
**Ringkasan Hasil Analisis Bivariat**

No	Variabel	<i>P</i> -value
1.	Umur	0,035
2.	Pendidikan	0,010
3.	Lingkungan kerja fisik	0,001
4.	Hubungan interpersonal	0,000
5.	Beban Kerja	0,005

Hasil analisis bivariat menunjukkan beberapa variabel yang berhubungan signifikan dengan risiko stres kerja pada Anak Buah Kapal (ABK) di Kapal Kelud Pelabuhan Belawan. Selanjutnya, dilakukan analisis multivariat menggunakan regresi logistik untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang berpengaruh secara signifikan. Berdasarkan hasil analisis bivariat yang disajikan dalam Tabel 4.18, variabel-variabel dengan nilai  $p < 0,25$  dipertimbangkan untuk dimasukkan ke dalam model multivariat. Variabel-variabel yang memenuhi kriteria tersebut adalah umur, pendidikan, lingkungan kerja fisik, hubungan interpersonal, dan beban kerja, serta dua variabel yang tidak berhubungan secara signifikan, yaitu upah/gaji ( $p=0,201$ ) dan fasilitas kerja ( $p=0,077$ ), karena nilai  $p$ -value-nya  $< 0,25$ .

Proses analisis regresi logistik ganda menggunakan metode Backward LR dilakukan dengan memasukkan semua variabel independen ke dalam model. Selanjutnya, variabel independen yang tidak signifikan dikeluarkan satu per satu berdasarkan kriteria kemaknaan statistik tertentu. Pada langkah pertama, variabel upah/gaji dikeluarkan karena memiliki nilai  $p$ -value  $> \alpha$  ( $0,871 > 0,25$ ), sehingga tidak masuk dalam model final.

Hasil analisis akhir menunjukkan bahwa variabel yang berpengaruh signifikan terhadap risiko stres kerja pada ABK Kapal Kelud Pelabuhan Belawan adalah beban kerja ( $p=0,001$ ) dan hubungan interpersonal ( $p=0,000$ ). Variabel-variabel ini memiliki  $p$ -value yang lebih kecil dari 0,05, sehingga mereka tetap dimasukkan dalam model regresi logistik ganda. Berikut adalah hasil analisis regresi logistik ganda yang menunjukkan pengaruh signifikan dari variabel-variabel tersebut terhadap risiko stres kerja pada ABK

No	Variabel	Nilai B	Sig	Exp(B)	95% CI for Exp (B)	
					Lower	Upper
1.	Pendidikan	-1,656	0,084	0,191	0,029	1,246
3.	Hubungan interpersonal	-4,192	0,001	0,015	0,001	0,170

4.	Beban kerja	3,336	0,009	28,112	2,229	343,801
	Constanta	3,014				

---

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ABK Kapal Kelud Pelabuhan Belawan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi risiko stres kerja. Faktor-faktor tersebut meliputi umur, status perkawinan, pendidikan, lingkungan kerja fisik, fasilitas kerja, beban kerja, lama kerja, gaji/upah, dan hubungan interpersonal.

##### **Hubungan Umur dengan Risiko Stres Kerja**

Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tua umur ABK, semakin besar risiko stres kerja yang dialami. Pekerja yang lebih tua cenderung mengalami penurunan fungsi fisik, yang menyebabkan mereka lebih rentan terhadap stres. Penurunan kemampuan fisik ini sejalan dengan temuan [6] yang menyatakan bahwa usia yang lebih tua berpengaruh pada penurunan fungsi fisiologis. Sebaliknya, pekerja yang lebih muda, meskipun lebih rentan terhadap stres akibat kurangnya pengalaman, cenderung tidak mudah mengalami stres jika telah beradaptasi dengan pekerjaan mereka. Ini konsisten dengan penelitian [7] yang menyebutkan bahwa pekerja muda masih belajar beradaptasi dengan tekanan pekerjaan.

##### **Hubungan Status Perkawinan dengan Risiko Stres Kerja**

Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara status perkawinan dengan risiko stres kerja pada ABK. Meskipun status perkawinan berhubungan dengan tanggung jawab terhadap keluarga, kemampuan individu untuk mengatasi masalah dalam keluarga dapat mencegah stres kerja. Hal ini sesuai dengan [8] yang mengungkapkan bahwa status perkawinan tidak langsung mempengaruhi stres kerja, melainkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan keluarga dan pekerjaan.

##### **Hubungan Pendidikan dengan Risiko Stres Kerja**

Meskipun mayoritas ABK memiliki tingkat pendidikan tinggi (D-III/S1), hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan risiko stres kerja. ABK dengan pendidikan menengah cenderung lebih berisiko mengalami stres akibat kesulitan dalam pekerjaan, sementara ABK dengan pendidikan lebih tinggi lebih mampu mengelola tuntutan pekerjaan dengan lebih baik. mengemukakan bahwa tingkat pendidikan memengaruhi kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas, sehingga meningkatkan peluang untuk mengatasi stres kerja[9].

##### **Hubungan Lingkungan Kerja Fisik dengan Risiko Stres Kerja**

Lingkungan kerja yang nyaman dapat mengurangi stres kerja, sedangkan lingkungan kerja yang buruk dapat memicu stres. Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara kondisi lingkungan kerja fisik dengan risiko stres kerja. Faktor-faktor seperti suhu udara, kebisingan, dan pencahayaan sangat mempengaruhi kenyamanan ABK saat bekerja. mendukung temuan ini, yang menyatakan bahwa lingkungan fisik yang buruk meningkatkan stres kerja[10]

##### **Hubungan Fasilitas Kerja dengan Risiko Stres Kerja**

Fasilitas kerja yang memadai dapat mengurangi stres kerja ABK. Meskipun fasilitas kerja di Kapal Kelud sudah baik, hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara fasilitas kerja dengan stres kerja. Hal ini disebabkan oleh ketersediaan fasilitas yang sudah memenuhi kebutuhan ABK, seperti APD, ruang tidur, dan pelatihan yang memadai, yang mendukung kinerja mereka. Penelitian menyebutkan pentingnya fasilitas yang baik untuk mengurangi stres kerja[11].

##### **Hubungan Beban Kerja dengan Risiko Stres Kerja**

Beban kerja yang tinggi, terutama dalam pekerjaan yang monoton seperti ABK, berhubungan erat dengan stres kerja. Penelitian ini menunjukkan bahwa ABK yang bekerja di laut dalam waktu lama dan jauh dari keluarga mengalami stres lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa beban kerja yang berlebihan atau tidak seimbang dapat menyebabkan stres[11].

##### **Hubungan Lama Kerja dengan Risiko Stres Kerja**

Meskipun ABK dengan masa kerja lebih dari 10 tahun cenderung tidak mengalami stres kerja, analisis

menunjukkan bahwa masa kerja yang terlalu lama dapat menyebabkan kejenuhan, yang pada gilirannya berisiko memicu stres. Temuan ini konsisten dengan mengungkapkan bahwa masa kerja yang lama dapat menurunkan motivasi dan meningkatkan tingkat kejenuhan, yang berpotensi menyebabkan stres[11].

#### **Hubungan Gaji/Upah dengan Risiko Stres Kerja**

Upah yang diterima ABK dapat berpengaruh terhadap tingkat stres kerja. Upah yang rendah atau tidak tepat waktu dapat menyebabkan ketidakpuasan dan stres. Sebaliknya, upah yang memadai akan meningkatkan kepuasan kerja dan mengurangi stres. menunjukkan bahwa gaji rendah dapat menjadi salah satu faktor pemicu stres[11].

#### **Hubungan Interpersonal dengan Risiko Stres Kerja**

Hubungan interpersonal yang baik antar ABK berperan penting dalam mengurangi stres kerja. Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan interpersonal yang buruk meningkatkan tingkat stres, sedangkan hubungan yang baik dapat mengurangi stres. Temuan ini sejalan dengan menyatakan bahwa hubungan antar rekan kerja yang buruk dapat memicu stres kerja.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti umur, lingkungan kerja fisik, beban kerja, dan hubungan interpersonal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap risiko stres kerja pada ABK Kapal Kelud Pelabuhan Belawan. Sebaliknya, faktor seperti status perkawinan, pendidikan, fasilitas kerja, dan lama kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres kerja. Oleh karena itu, perhatian terhadap faktor-faktor ini dapat membantu mengurangi stres kerja di kalangan ABK

### **5. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beberapa faktor dengan risiko stres kerja pada ABK Kapal Kelud di Pelabuhan Belawan. Faktor umur (p value 0,035), lingkungan kerja fisik (p value 0,001), fasilitas kerja (p value 0,077), beban kerja (p value 0,005), dan interpersonal (p value 0,000) terbukti berpengaruh terhadap risiko stres kerja. Di sisi lain, faktor status perkawinan (p value 0,336), pendidikan (p value 0,105), lama kerja (p value 0,405), dan gaji/upah (p value 0,001) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres kerja. Selain itu, beban kerja merupakan faktor dominan yang paling berpengaruh terhadap risiko stres kerja dengan nilai faktor dominan sebesar 28,112

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Manajemen Kapal Kelud, seluruh Anak Buah Kapal yang telah bersedia menjadi responden, serta Dinas Kesehatan Pelabuhan Belawan atas dukungan yang diberikan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Yuda and Inayah, "Analisis Faktor-Faktor Determinan Stress Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser)," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, vol. 9, no. 11, pp. 63–71, 2023. doi: 10.5281/zenodo.8063355.
- [2] Hakiki et al., "Faktor Yang Behubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Bidang Fabrikasi Di PT X," *J. Ind. Hyg. Occup. Health*, 2022
- [3] W. Widiasih and H. Nuha, "Pengukuran Beban Kerja Mental Karyawan Dengan Kuisisioner Nasa Tlx (Studi Kasus: Universitas Abc)," *Simp. Nas. RAPI XVII*, 2018.
- [4] Sahsabilla et al., "Lingkungan Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Pegawai," *J. Manaj. dan Bisnis (JOMB)*, vol. 4, no. 1, 2022. doi: 10.31539/jomb.v4i1.3510.
- [5] A. R. Amalia, "Strategi Coping Sebagai Variabel Intervening Dalam Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Stres Kerja Pada Karyawan Di Surabaya," *J. Fenomena*, 2023.
- [6] Marisa and Utami, "Kontribusi Stres Kerja dan Hardiness pada Burnout Pekerja," *J. Psikol. Integratif*, vol. 9, no. 1, pp. 29–41, 2021.
- [7] Mangkunegara, \*Manajemen Sumber Daya Manusia Instansi\*, 14th ed., Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2020.

- [8] Nitisemito, \*The Book on The Influence of The Non-Physical Work Environment\*, 2nd ed., 2018.
- [9] C. Rabasa and S. L. Dickson, "Impact of Stress on Metabolism and Energy Balance," *Curr. Opin. Behav. Sci.*, 2016. doi: 10.1016/j.cobeha.2016.01.011.
- [10] M. L. Saleh, S. S. Russeng, and I. Tadjuddin, \*Management Stres Kerja\*, Yogyakarta: Deepublish, 2020. ISBN: 978-623-02-1240-6.
- [11] Syahrudin, "Analysis of implementation of malaria control policy at Sidodadi Health Center, Asahan District," *J. Kesehat. Masyarakat & Gizi*, vol. 6, no. 1, Mei–Okt. 2023. [Online]. Tersedia: <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKG>
- [12] M. Marisa and N. Utami, "Kontribusi stres kerja dan hardiness pada burnout pekerja," *J. Psikol. Integratif*, vol. 9, no. 1, pp. 29–41, 2021.
- [13] M. Mukhlis *et al.*, "Pengaruh kebisingan terhadap tekanan darah dan nadi pada pekerja pabrik kayu PT. Muroco Jember," *J. Kesehat. Lingkung. Indones.*, vol. 17, no. 2, pp. 112–118, 2018.
- [14] A. S. Munandar, *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI-Press, 2020.
- [15] Nitisemito, *The Book on The Influence of The Non-Physical Work Environment*, 2nd ed., in *Human Resource Management*, 2018.
- [16] N. Nurazizah, "Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja perawat di ruang rawat inap kelas III RS X Jakarta," 2017. [Online]. Available: <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/35967/1/Nurazizah-FKIK.pdf>. [Accessed: 13-Jul-2019].
- [17] C. Rabasa and S. L. Dickson, "Impact of stress on metabolism and energy balance," *Curr. Opin. Behav. Sci.*, 2016. doi: 10.1016/j.cobeha.2016.01.011.
- [18] M. L. Saleh, S. S. Russeng, and Istiana Tadjuddin, *Management Stres Kerja*. Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2020, ISBN: 978-623-02-1240-6.
- [19] Anggi I. Parinduri, L. R. Br Ginting, Irmayani, dan R. E. Prabaja, "Hubungan lama kerja dan kebisingan dengan stres kerja pada pekerja unit produksi paving block di UD. Rizki Assila Ulfa Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang," *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi*, vol. 3, no. 1, pp. 91–97, 2020. [Online]. Tersedia: <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i1.518>.