



## HUBUNGAN STRESS KERJA DAN KELELAHAN KERJA DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA KURIR PT. SICEPAT EXPRESS GERAI KOTAMATSUM III KOTA MEDAN

Data Rizqueen Maipiana<sup>1</sup>, Tri Niswati Utami<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Departemen Kesehatan Keselamatan Kerja, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
datarizzqueen@gmail.com, triniswatiutami@uinsu.ac.id

### Abstrak

Kehidupan kerja saat ini memiliki tekanan yang sangat besar untuk karyawannya dan dapat mempengaruhi kinerja para karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja kurir di PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Dengan total sampel yaitu keseluruhan populasi sebanyak 31 pekerja. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah stres kerja dan kelelahan kerja, sedangkan variabel terikat adalah produktivitas kerja. SPSS 20.0 digunakan untuk analisis penelitian ini. Hasil penelitian didapatkan bahwa adanya hubungan antara stres kerja dengan produktivitas kerja pada Pekerja Kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan dengan nilai p value = 0,023. Dan ada hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada Pekerja Kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan dengan nilai p value = 0,030. Dapat disimpulkan bahwa stres kerja dan kelelahan kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan produktivitas kerja dengan hasil  $p < 0,005$ .

**Kata Kunci:** Stress, Kelelahan, Produktivitas Kerja.

### Abstract

*Today's work life has a lot of pressure on employees and can affect their performance. This study aims to determine the relationship between work stress and work fatigue with work productivity in courier workers at PT. Sicepat Express Outlet Kotamatum III Kota Medan. This research is a quantitative research with a cross-sectional research design. With a total sample of 31 workers. The independent variables in this study were work stress and work fatigue, while the dependent variable was work productivity. SPSS 20.0 was used for the analysis of this study. The results of the study found that there was a relationship between work stress and work productivity in PT. Sicepat Express Kotamatum III Medan City outlet with p value = 0.023. And there is a relationship between work fatigue and work productivity in PT. Sicepat Express Kotamatum III Medan City outlet with p value = 0.030. It can be concluded that work stress and work fatigue have a significant relationship with work productivity with a result of  $p < 0.005$ .*

**Keywords:** Stress, Fatigue, Work Productivity

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2023

✉ Corresponding author : Data Rizqueen Maipiana

Address : Jl. William Iskandar Ps.V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Email : datarizzqueen@gmail.com

Phone : 081263307176

## PENDAHULUAN

Banyaknya kemajuan yang telah dicapai dalam berbagai aspek kehidupan manusia, kita sekarang berada dalam era modernisasi. Salah satu cara untuk menilai kemajuan suatu negara adalah dengan melihat kemajuan teknologi dan industrialisasi yang semakin pesat. Teknologi telah meningkatkan standar dan kualitas hidup manusia melalui peningkatan efisiensi produksi dan tenaga kerja. Sebaliknya, kemajuan teknologi juga memiliki efek negatif. Kecelakaan kerja, pencemaran lingkungan, dan penyakit akibat kerja meningkat. Kinerja SDM yang tinggi diperlukan untuk mengatasi masalah ini. Sumber daya manusia adalah orang-orang yang memiliki kemampuan, keahlian, inovasi, dan semangat untuk mengelola aset organisasi.

Kehidupan kerja modern menimbulkan tekanan yang lebih besar pada karyawan. Risiko psikososial seperti lebih banyak persaingan, lebih banyak persyaratan, dan lebih banyak jam kerja adalah bagian dari tekanan tersebut. Hal ini meningkatkan stres di tempat kerja. Menurut ILO (2016) Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2018 Tentang Keselamatan dan Kesehatan Lingkungan Kerja menyebutkan stres sebagai faktor dalam kesehatan dan keselamatan di tempat kerja. Indonesia harus terus meningkatkan dan menerapkan kesehatan dan keselamatan, termasuk kesehatan mental, seperti kesehatan mental yang berkaitan dengan stres kerja. Salah satu cara untuk meningkatkan keselamatan dan kesehatan lingkungan kerja adalah dengan mencegah bahaya psikososial. Ini akan melindungi kesehatan dan kesejahteraan diri pekerja.

Stres adalah kondisi di mana seseorang mengalami ketegangan dan tekanan emosional saat menghadapi banyak tantangan dan hambatan yang dapat mempengaruhi emosi, pikiran, dan kondisi fisik mereka. Sementara Riyadi (2018) mendefinisikan stres kerja sebagai situasi yang menimbulkan ketidakseimbangan fisik dan psikologis, yang pada gilirannya berdampak pada emosi, proses berpikir, dan keadaan kerja karyawan. Kondisi yang ada di tempat kerja yang membahayakan diri seseorang menyebabkan stres pada pekerjaan. Pekerjaan yang menuntut banyak tugas dan waktu yang singkat dapat menyebabkan overload pekerjaan.

Namun, kelelahan harus ditangani. Semua jenis pekerjaan, baik formal maupun non-formal, menyebabkan kelelahan. Penurunan kondisi tubuh

saat bekerja yang menurunkan produktivitas, daya tahan, dan efisiensi disebut kelelahan kerja. Menurut literatur, kelelahan kerja terdiri dari kelelahan fisiologis dan psikologis (Angelina, 2015). Proses penurunan efisiensi pelaksanaan kerja serta penurunan kekuatan atau ketahanan fisik tubuh manusia untuk melakukan kegiatan yang harus dilakukan dikenal sebagai kelelahan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Elna Ihsania dan Dewi Utami Iriani (2020) menemukan bahwa kurir yang mengantarkan barang tidak memperhitungkan waktu kerja mereka karena mereka mengejar target pengiriman. Pekerja yang mengalami kelelahan otot karena berada di posisi yang sama untuk waktu yang lama. Gejala seperti sakit badan, tidak fokus, dan ngantuk adalah hasil dari kelelahan otot.

Produktivitas merupakan suatu hubungan antara keluaran (barang dan jasa) dengan masukan (tenaga kerja, bahan, dan uang). Apabila karyawan mengeluh tentang kelelahan subjektif yang disebabkan oleh faktor psikologi, perusahaan akan merasakan hasilnya, yaitu produktivitas yang lebih rendah. Sebuah penelitian di RS Islam Yarsis Surakarta (Widyasari, 2010) dan Eryuda, 2017 menunjukkan hubungan yang kuat antara stres kerja dan kelelahan kerja, dengan p-value 0,000 < 0,05.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kurir adalah pembawa pesan yang mengirimkan sesuatu yang penting dengan cepat. Dalam penelitian ini, istilah "kurir" mengacu pada seseorang yang bekerja untuk pengirim barang dan mengirimkan paket atau dokumen. Karena perusahaan yang bekerja di bidang jasa pengantaran barang akan membutuhkan kurir dan menjadikannya tulang punggung perusahaan, kurir memiliki peran yang sangat penting bagi perusahaan. PT. Sicepat Express beroperasi dalam ekspedisi pengangkutan barang sejak tahun 2014. Sicepat adalah perusahaan ekspedisi, dan sigesit adalah kurirnya. Kurir sicepat yang menjemput (pick up) dan mengantar paket pelanggan ke lokasi tujuan disebut sigesit.

Hasil observasi dan wawancara dari karyawan kurir di PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III menunjukkan bahwa empat pekerja mengalami kelelahan, dan 13 pekerja mengalami stres kerja. Kondisi ini disebabkan oleh fakta bahwa kurir biasanya bekerja selama 8 jam setiap hari. Namun, karena adanya target yang harus dicapai dan kebijakan perusahaan, para kurir kadang-kadang merasa jenuh. Faktor lain yang menyebabkan stres kerja adalah tingginya target

yang dibebankan pada kurir setiap hari serta lokasi pengantaran yang tidak sesuai yang mengharuskan kurir mengirimkan paket berulang kali. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui bagaimana stres dan kelelahan kerja memengaruhi produktivitas kerja pada para pekerja kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional yang bertujuan untuk mengetahui gambaran dan mengidentifikasi hubungan stress kerja dan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada kurir yang berlokasi di PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan, pada bulan juni 2023. Semua karyawan kurir di PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan adalah populasi penelitian ini yang berjumlah 31 orang. Sampel dari penelitian ini adalah keseluruhan populasi.

Metode pengumpulan data adalah bagian penting dari keberhasilan dan kelancaran penelitian. Dalam studi ini, metode kuesioner digunakan untuk menentukan hubungan antara stress kerja dan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan. Stress kerja dan kelelahan kerja kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III di Kota Medan adalah variabel independen. Hasil penelitian ini dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Pada variabel stress kerja, diberikan 14 butir pertanyaan. Dan kuesioner KAUPK2, alat untuk mengukur perasaan kelelahan kerja, kedua alat ukur tersebut diberikan secara langsung kepada pekerja kurir. Kuesioner ini dimaksudkan untuk mengukur kondisi hidup pekerja yang dapat menimbulkan stress serta kelelahan bagi mereka. Dan data yang dikumpulkan berskala ordinal. Produktivitas kerja karyawan PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III di Kota Medan adalah variabel dependent dalam penelitian ini. Data jumlah karyawan dan jumlah produktivitas karyawan perusahaan adalah sumber data sekunder penelitian ini.

Untuk menganalisis data, menggunakan program SPSS 20. Untuk menentukan bagaimana variabel dependen dipengaruhi oleh variabel independen menggunakan analisis bivariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis univariat

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Pekerja Kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan

Karakteristik	N	%
<b>Umur</b>		
17-25 tahun	6	19,4
26-35 tahun	16	51,6
36-45 tahun	7	22,6
46-55 tahun	2	6,5
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	31	100,0
Perempuan	0	0
<b>Total</b>	31	100,0

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden, ada 31 responden dan secara keseluruhan adalah laki-laki, dengan persentase 100%. Rentang usia 26-35 tahun menghasilkan 16 responden (51,6%) adalah kelompok paling dominan, kelompok kedua 36-45 tahun menghasilkan 7 responden (22,6%), kelompok ketiga 17-25 tahun menghasilkan 6 responden (19,4%), dan kelompok terakhir 46-55 tahun menghasilkan 2 responden (6,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stress Kerja Responden

Stress kerja	Frequency	%
Rendah	4	12,9
Sedang	17	54,8
Tinggi	10	32,3
<b>Total</b>	31	100,0

Tabel 2 menunjukkan, 4 orang (12,9%) mengalami stress kerja ringan, 17 orang (54,8%) mengalami stress kerja sedang, dan 10 orang (32,3%) mengalami stress kerja tinggi. Ini menunjukkan bahwa responden yang mengalami stress kerja ringan adalah yang paling sedikit dan yang paling banyak adalah stress kerja sedang.

Tabel 3. Distribusi Kelelahan Kerja Responden

Kelelahan kerja	Frequency	%
Rendah	3	9,7
Sedang	20	64,5
Tinggi	8	25,8
<b>Total</b>	31	100,0

Tabel 3 menunjukkan terdapat 3 orang (9,7%) dari responden mengalami kelelahan kerja ringan, 20 orang (64,5%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 8 orang (25,8%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Ini menunjukkan bahwa yang paling sedikit dari responden mengalami kelelahan kerja rendah dan responden paling banyak mengalami kelelahan kerja sedang.

Tabel 4. Distribusi Produktivitas Kerja Responden

Produktivitas kerja	Frequency	%
Tercapai	12	38,7
Tidak tercapai	19	61,3
<b>Total</b>	<b>31</b>	<b>100,0</b>

Tabel 4 menunjukkan bahwa distribusi produktivitas kerja responden adalah 12

orang dikategori tercapai (38,7%) dan 19 orang dikategori tidak tercapai (61,3%).

**Analisis Bivariat**

Penelitian yang melibatkan 31 kurir di PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan menemukan bahwa karyawan mengalami stres kerja dan kelelahan kerja, serta mengalami produktivitas kerja yang rendah.

Tabel 5. Hubungan Stres Kerja Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan Tahun 2023

Stress Kerja	Produktivitas Kerja				Total		Uji Statistik
	Tidak Tercapai		Tercapai		N	%	
	N	%	N	%			
Rendah	1	25,0	3	75,0	4	100,0	0,023
Sedang	10	90,9	1	9,1	11	100,0	
Tinggi	13	81,3	3	18,8	16	100,0	
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100,0</b>	

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel hasil analisis bivariat hubungan antara variabel stres kerja dengan produktivitas, dapat diketahui bahwa responden dengan stress kerja rendah terdapat 1 orang (25,0%) yang tidak mencapai produktivitas kerja dan 3 orang (75,0%) yang mencapai produktivitas kerja. Responden dengan stres kerja sedang terdapat 10 orang (90,9%) yang tidak mencapai produktivitas kerja dan 1 orang (9,1%) yang mencapai produktivitas kerja. Responden dengan

*p\*=Uji Chi Square*

stres kerja tinggi terdapat 13 orang (81,3%) tidak mencapai produktivitas kerja dan 3 orang (18,8%) mencapai produktivitas kerja.

Hasil uji statistik Chi Square menghasilkan nilai p value = 0,023. Ini menunjukkan bahwa ada korelasi antara stres kerja dan produktivitas karyawan PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan. Nilai koefisien berparameter negatif ini berarti bahwa produktivitas kerja akan menurun jika ada stres kerja yang lebih tinggi.

Tabel 6. Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan Tahun 2023

Kelelahan Kerja	Produktivitas Kerja				Total		Uji Statistik
	Tidak Tercapai		Tercapai		N	%	
	N	%	N	%			
Rendah	1	33,3	2	66,7	3	100,0	0,030
Sedang	4	57,1	3	42,9	7	100,0	
Tinggi	19	90,5	2	9,5	21	100,0	
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100,0</b>	

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel hasil analisis bivariat hubungan antara variabel kelelahan kerja dengan produktivitas, dapat diketahui bahwa responden dengan kelelahan kerja rendah terdapat 1 orang (33,3%) yang tidak mencapai produktivitas kerja dan 2 orang (66,7%) yang mencapai produktivitas kerja. Responden dengan kelelahan kerja sedang terdapat 4 orang (57,1%) yang tidak mencapai produktivitas kerja dan 3 orang (42,9%) yang mencapai produktivitas kerja. Responden dengan kelelahan kerja tinggi terdapat 19 orang (90,5%)

*p\*=Uji Chi Square*

tidak mencapai produktivitas kerja dan 2 orang (9,5%) mencapai produktivitas kerja.

Hasil uji statistik Chi Square menghasilkan nilai p value = 0,030. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatum III Kota Medan. Nilai koefisien berparameter negatif menunjukkan bahwa kelelahan kerja memiliki korelasi negatif dengan produktivitas kerja.

## **Pembahasan**

### **Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Produktivitas Kerja**

Secara umum, stres didefinisikan sebagai keadaan tegang yang tidak nyaman karena orang tersebut merasa seolah-olah ada sesuatu yang menahannya. Stres adalah jenis respons adaptif yang dibatasi oleh proses psikologis, perbedaan individu, efek langsung dari setiap tindakan yang diambil di lingkungan, dan keadaan luar yang menempatkan tekanan yang tidak semestinya pada kesehatan mental atau fisik seseorang.

Stres kerja berdampak negatif pada seseorang, organisasi, dan masyarakat. Bagi individu, stres memengaruhi kesehatan fisik dan mental, menurunkan kinerja, menghambat kemajuan karir, dan kehilangan pekerjaan. Dalam kasus terburuk, stres dapat menyebabkan depresi (Hunawa, dkk, 2023).

Gambaran stres kerja pada pekerja kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan bahwa dari 31 responden yang merasakan stres kerja ringan sebanyak 4 orang (12,9%) mengalami stres kerja ringan, 17 orang (54,9%) mengalami stres kerja sedang, dan 10 orang (32,3%) mengalami stres kerja tinggi. Ini menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres kerja ringan adalah yang paling sedikit dan yang paling banyak adalah stres kerja sedang.

Pekerja kurir yang stres memiliki peningkatan risiko kelalaian dan keterlibatan dalam kecelakaan kerja karena tuntutan kinerja yang cepat dan beban kerja yang tinggi serta berkurangnya kepatuhan terhadap prosedur kerja dalam upaya mempersingkat proses kerja Egozi et al. (2021). Dengan demikian, perlu dilaksanakan penelitian mengenai stres kerja guna melihat tingkat stres kerja dikalangan pekerja kurir sehingga dapat dilaksanakan upaya pencegahan serta pengendalian guna mencegah dampak negative bagi pekerja.

Studi sebelumnya oleh Jihhan, A. A. (2018) berjudul "Hubungan Stres Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Darmayu Ponorogo tahun 2018" menemukan korelasi yang signifikan antara stres kerja dan produktivitas, dengan  $p = 0,002 < \alpha = 0.05$ , dan ( $H_0$ ) ditolak dan ( $H_a$ ) diterima sebagai hipotesis alternatif.

Menurut studi yang ditulis oleh Jaga, F. R. (2018), "Hubungan Stres Kerja dengan Produktivitas Kerja Karyawan pada Pg Kebon Agung Pakisaji Malang", ada hubungan negatif

yang signifikan antara keduanya. Karena koefisien korelasi  $-0,904$  dan nilai signifikan  $0,000$ ,  $p < 0,05$  adalah nilai signifikan.

### **Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Produktivitas Kerja**

Hilangnya produktivitas dan stamina adalah gejala kelelahan, yang memiliki beberapa penyebab utama, termasuk penipisan fisik, kelelahan visual, kelelahan saraf, kelelahan dari tugas berulang, dan kelelahan lingkungan. Kelelahan juga dapat mengakibatkan hari kerja yang lebih pendek, biaya material dan medis yang lebih tinggi, dan kualitas kerja yang lebih rendah.

Dari 31 pekerja kurir PT. Sicepat Express Gerai Kotamatsum III Kota Medan, terdapat 3 orang (9,7%) dari responden mengalami kelelahan kerja ringan, 20 orang (64,5%) mengalami kelelahan kerja sedang, dan 8 orang (25,8%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Ini menunjukkan bahwa yang paling sedikit dari responden mengalami kelelahan kerja rendah dan responden paling banyak mengalami kelelahan kerja sedang.

Penelitian "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Kandang di PT Chaeroen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok" oleh Indrawati dan Nufus (2018) menyatakan kelelahan kerja juga dapat terjadi karena adanya rasa bosan atas kegiatan yang dilakukan secara berulang, sehingga menimbulkan rasa jenuh dan mengakibatkan berkurangnya produktivitas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian "Analisis Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja terhadap Produktivitas Kerja PT. Pabrik Tepung Mutiara Timur Makassar Tahun 2020" oleh Russeng dkk. (2020) menyatakan adanya hubungan substansial antara kelelahan kerja dan produktivitas.  $H_0$  diabaikan dan  $H_a$  diterima ketika  $p = 0,000$ .

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Saputra dkk. (2022) yang berjudul "Hubungan Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Operator STS (Ship to Shore) Crane di Terminal Teluk Lamong." Dengan menggunakan analisis Spearman Rank, temuan pengujian inferensial menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima, dengan nilai koefisien  $= -0,380$  dan nilai  $p = 0,011 < 0,05$ . Ini menunjukkan bahwa ada korelasi antara produktivitas kerja dan kelelahan kerja.

## SIMPULAN

Dari penelitian ini terdapat paling sedikit responden mengalami stres kerja ringan yaitu sebanyak 4 orang (12,9%) dan paling banyak mengalami stres kerja sedang yaitu 10 orang (32,3%). Pada kelelahan terdapat paling sedikit responden mengalami kelelahan kerja rendah yaitu 3 orang (9,7%) dan paling banyak mengalami kelelahan kerja sedang yaitu 20 orang (64,5%). Hal ini dapat disimpulkan bahwa stres kerja dan kelelahan kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan produktivitas kerja dengan p value : <0,005.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ayudya, A. *Determinan Stres Kerja Pada Kurir Pengantar Paket di Kota Bekasi Tahun 2022* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES).
- CHAN, P. A., Angelina, F., & Wijaya, S. (2016). *Working Shift Differences And Their Effects On Employees' job Fatigue Levels: An Empirical Evidence From Hotel Industry In Surabaya*. *Kinerja: Business and Economics Journal*, 19(1), 42-53.
- Egozi, L., Reiss-Hevlin, N., Dallasheh, R., & Pardo, A. (2022). *Couriers' safety and health risks before and during the COVID-19 pandemic*. *International archives of occupational and environmental health*, 1-10.
- Eryuda, F. (2017). *Hubungan Shift Kerja dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung*.
- Hasna, A. J. L., Sujoso, A. D. P., & Indrayani, R. (2022). Hubungan Sikap Tentang Penerapan Protokol Kesehatan Covid-19 Dengan Stres Kerja Pada Kurir Pt. Tiki Jalur Nugraha Ekakurir (Jne) Di Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(3), 385-390.
- Hassan, Y. U. S. U. F. *Pengaruh Motivasi Kerja, Lingkungan Kerja, Stres Kerja, Terhadap Kinerja Karyawan JNE Cabang Rogojampi Banyuwangi* (Doctoral dissertation, Fakultas Ekonomi Dan Bisnis).
- Hunawa, R.D., Jusuf, M. L., & Wunani, F. (2023). Gambaran Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat Intensive Care Unit di Provinsi Gorontalo. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 7(1), 152-157
- Ihsania, E. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Subjektif Pada Kurir Pengantar Barang Di Wilayah Tangerang Selatan, Tahun 2020* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES).
- ILO (*International Labour Organization*). (2016). *Safety and Health at Work*.
- Indrawati & Nufus, K. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Kandang di PT Chaeroen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 2(1), 56-71
- Jaga, F. R. (2018). Hubungan Stres Kerja dengan Produktivitas Kerja Karyawan pada Pg Kebon Agung Pakisaji Malang. *Jurnal Agregat*, 3(2).
- Jihhan, A. A. (2018). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Produktivitas Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Darmayu Ponorogo Tahun 2018.
- Julian, B. (2020). *Pengaruh Stres Kerja Dan Konflik Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada Bpjs Ketenagakerjaan Cabang Karimun Jawa Surabaya* (Doctoral dissertation, Stia Dan Manajemen Kepelabuhanan Barunawati Surabaya).
- Melani, V., & Sudigdo, A. (2020). Pengaruh Stres Kerja Dan Kualitas Kerja Terhadap Kinerja Kurir Dokumen (Studi Kasus Jasa Pengiriman Pt. Prima Multi Cipta, Jakarta Selatan). *Jurnal Manajemen Kewirausahaan*, 16(2), 169.
- Riyadi, S. (2018). *Faktor Peningkatan Kinerja melaluo Job Stress*. Zifatama Jawa.
- Russeng, S. S. (2021). Analisis Pegaaruh Stres Kerja, Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Terhadap Produktifitas Kerja Karyawan PT. Eastern Pearl Flour Mills Makassar Tahun 2020. *Journal of Muslim Community Health*, 2(1), 21-35.
- Saputra, A. E., & Inayah, Z. (2022). Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Produktivitas Kerja Pada Operator Sts (Ship To Shore) Crane Diterminal Teluk Lamong. *Journal of Public Health Science Research*, 3(1), 29-38