



## Manajemen stres dalam mencegah kecelakaan kerja dan meningkatkan kesejahteraan karyawan

Hendrawan Kusumawardana<sup>1✉</sup>, Shidqi Muhammad Zaini Amardhan<sup>1</sup>, Riki Ridwan Margana<sup>1</sup>

Program Studi S1 Teknik Industri, Universitas Widyatama, Kota Bandung, Jawa Barat<sup>(1)</sup>

DOI: 10.31004/jutin.v8i1.41510

✉ Corresponding author:

[\[kusumawardana.hendrawan@widyatama.ac.id\]](mailto:kusumawardana.hendrawan@widyatama.ac.id)

### Article Info

### Abstrak

#### Kata kunci:

*Manajemen Stres;  
Kecelakaan Kerja;  
Kesejahteraan Karyawan*

Pada industri saat ini, kesejahteraan pekerja telah jadi perhatian utama untuk organisasi juga analisis pada banyak bidang. Satu diantara sudut pandang penting terhadap kesejahteraan tenaga kerja ialah Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), yang berperan utama menjaga produktivitas dan keberlanjutan lingkungan kerja. Stres kerja, sebagai fenomena kompleks, dapat berdampak signifikan pada kesehatan fisik dan mental, yang berujung pada kecelakaan kerja, penurunan kinerja, dan gangguan kesehatan mental. Studi ini menggunakan pendekatan sintesis naratif untuk menganalisis artikel relevan dari database seperti PubMed, Scopus, dan Google Scholar. Temuan penelitian ini menyoroti pentingnya manajemen stres dalam mengurangi risiko kecelakaan kerja, meningkatkan kesehatan mental, dan kesejahteraan pekerja. Implikasi dari penelitian ini menekankan perlunya organisasi menerapkan strategi manajemen stres yang efektif, dengan fokus pada promosi kesehatan mental dan dukungan sosial. Dengan mengadopsi pendekatan yang komprehensif terhadap keselamatan dan kesehatan kerja, organisasi bisa mewujudkan lingkungan kerja yang lebih aman juga sehat dengan peningkatan kesejahteraan pekerja juga produktivitas organisasi.

### Abstract

#### Keywords:

*Stress Management;  
Workplace Accidents;  
Employee Well-being*

In today's industry, employee well-being has become a major concern for organizations as well as analysts in many fields. One of the important perspectives on employee well-being is Occupational Safety and Health (OHS), which plays a major role in maintaining productivity and sustainability of the work environment. Work stress, as a complex phenomenon, can have significant impacts on physical and mental health, leading to work accidents, decreased performance, and mental health disorders. This study uses a narrative synthesis approach to analyze relevant articles from databases such as PubMed, Scopus, and Google Scholar. The findings of this study highlight the importance of stress management in reducing the risk of work accidents, improving mental health, and employee well-

being. The implications of this study emphasize the need for organizations to implement effective stress management strategies, with a focus on promoting mental health and social support. By adopting a comprehensive approach to occupational safety and health, organizations can create a safer and healthier work environment with improved employee well-being and organizational productivity.

---

## 1. PENDAHULUAN

Di era sekarang, kesejahteraan pekerja dapat jadi pusat utama untuk organisasi juga analisis pada banyak disiplin ilmu logika. Satu diantara aspek penting dalam kesejahteraan adalah Keselamatan dan Kesejahteraan Kerja yang memainkan peran penting dalam menjaga efisiensi dan lingkungan kerja yang menarik. Dalam konteks ini, dorongan kerja bisa menjadi sebuah angka yang mendapat perhatian besar karena dampaknya sangat besar terhadap kondisi fisik dan mental para pekerja. Manajemen sumber daya manusia adalah elemen yang tidak dapat dipisahkan dari suatu organisasi. Sumber daya manusia berperan sebagai penggerak, pemikir, dan utama dalam organisasi untuk mencapai tujuan yang ditetapkan melalui kinerja yang profesional, efektif, efisien, dan kompeten (Bahriah et al., 2022).

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yaitu elemen krusial dalam melindungi dunia kerja untuk menjaga produktivitas serta keberlangsungan dunia usaha. Keselamatan, Kesehatan Kerja, dan Lingkungan (K3L) merupakan hak mendasar bagi setiap pekerja yang menjadi bagian dari hak asasi manusia. Sistem Manajemen K3L dirancang untuk memberikan perlindungan pekerja dalam menjaga keselamatan mereka selama bekerja, demi meningkatkan kualitas hidup, mendorong kenaikan produksi juga produktivitas nasional, menjamin keselamatan tiap individu yang ditempat kerja serta memastikan pemanfaatan sumber daya produksi secara aman dan efisien (Rachmawati, 2008).

Salah satu aspek yang memiliki dampak signifikan terhadap kinerja pekerja aspek Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), yang menjadi pertimbangan utama dalam meningkatkan efektivitas kerja. Perspektif ini berperan dalam mengurangi risiko kecelakaan kerja, baik yang dikarenakan atas keadaan lingkungan kerja ataupun kesalahan operasional akibat kelalaian manusia, yang bisa berefek atas keselamatan pekerja.

Stres kerja yaitu suatu kondisi yang dapat disebabkan oleh beragam faktor, seperti beban kerja yang berlebihan, ketidakstabilan tugas, perselisihan antar karyawan, dan kebutuhan akan kendali atas lingkungan kerja. Efek dari tekanan kerja tidak hanya dirasakan dengan terpisah, namun pula bisa berdampak pada aspek keamanan dan kesejahteraan di lingkungan kerja. Kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja, berkurangnya kinerja, meningkatkan pembolosan, dan masalah kesehatan mental adalah beberapa akibat tekanan kerja yang tidak diawasi dengan baik. Mengingat besarnya dampak stres, sangat penting untuk mengelola stres dengan baik guna mengurangi dampak negatifnya. Kemampuan untuk mengendalikan diri dalam menghadapi diri dalam menghadapi situasi, individu, dan tantangan yang ada juga merupakan bagian dari pengelolaan stres. Jika stres dikelola dengan benar, ia dapat berfungsi sebagai pendorong yang positif untuk kesejahteraan sosial, mental, dan emosional.

Kecelakaan kerja ialah kejadian yang tidak diinginkan, tidak terduga, serta tidak sesuai harapan yang ada dalam lingkungan kerja. Kejadian ini bisa menyebabkan cedera pada pekerja, membahayakan barang produksi, serta mengganggu proses operasional akibat terjadi atas waktu juga tempat yang tidak sesuai (Kawatu, 2011). Dampak tidak langsung dari kecelakaan kerja dapat berupa efek psikologis dan psikososial yang dirasakan oleh pekerja, seperti rasa takut dan kecemasan (Anwar, 2024)

Melalui tinjauan literatur ini, bertujuan untuk manage stres dalam mencegah kecelakaan kerja dan kesejahteraan karyawan, serta upaya-upaya untuk mengatasi stres kerja guna untuk memperbaiki keadaan K3 ditempat kerja. Metode yang akan diterapkan meliputi tinjauan dan evaluasi artikel ilmiah yang relevan secara rutin dalam penelitian yang ada di database. Melalui tinjauan ini, kami tujuannya guna memberi pemahaman yang lebih komprehensif terkait manajemen stres dalam mencegah kecelakaan kerja dan meningkatkan kesejahteraan karyawan. Diharapkan, hasil penelitian ini bisa memberi pemahaman yang berguna untuk praktisi K3 saat menyusun strategi intervensi yang efektif guna mengatasi stres kerja juga memperbaiki keadaan K3 ditempat kerja.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian dilakukan melalui pendekatan literatur. Proses ini dimulai dengan memeriksa database terkait seperti PubMed, Scopus, dan Google Scholar. Kriteria seleksi digunakan untuk memilih studi yang relevan dengan topik penelitian, dengan fokus manajemen stres guna mencegah kecelakaan kerja dan meningkatkan kesejahteraan karyawan.

Analisis data dilakukan secara subyektif dengan menggunakan pendekatan sintesis naratif yang memungkinkan kita mengenali desain dan penemuan mendasar dari berbagai pertimbangan penting. Penelitian dilakukan secara hati-hati dan menyeluruh untuk menjamin keakuratan dan kualitas yang reliabilitas.

## 3. Analisis dan Hasil

Manajemen stres berfungsi untuk mengalihkan perhatian individu dalam menghadapi stres yang dialaminya. Langkah-langkah yang diambil meliputi memahami penyebab stres, mengambil pelajaran positif, mencari dukungan sosial, menerima kenyataan, serta mengalihkan perhatian dengan fokus kepada Tuhan. Manajemen stres merupakan elemen penting dalam kesehatan mental dan fisik yang seringkali menghadapi tekanan tinggi, beban kerja yang berat, dan lingkungan kerja yang menantang.

Stres adalah ketidakmampuan dalam menghadapi ancaman yang memengaruhi aspek mental, fisik, emosional, dan spiritual seseorang yang pada akhirnya dapat berdampak pada kesehatan fisiknya. Di dalam perusahaan untuk memenuhi tuntutan yang ada penting agar emosi dan pikiran tetap tenang agar kinerja dapat berjalan dengan optimal. Stres merupakan cara kita memandang situasi atau kondisi disekitar lingkungan kita. Stres kerja adalah keadaan ketegangan yang mengakibatkan ketidakseimbangan fisik dan mental yang berdampak pada emosi, pola pikir, serta kondisi umum seseorang.

Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) yaitu usaha untuk menciptakan lingkungan kerja yang aman dan sehat, guna mengurangi kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja atau penyakit akibat kelalaian yang dapat mengurangi motivasi dan produktivitas kerja.

Berdasarkan Pokok Kesehatan RI No. 9 Tahun 1960 Bab I Pasal II, Kesehatan kerja adalah kondisi yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan pekerja secara menyeluruh, baik fisik, mental, maupun sosial, melalui langkah-langkah pencegahan dan pengobatan terhadap penyakit atau gangguan kesehatan yang disebabkan oleh pekerjaan, kondisi tempat kerja, atau penyakit pada umumnya. Sementara itu, keselamatan kerja manusia diberbagai sector, seperti industri, manufaktur, atau konstruksi, yang melibatkan peralatan, mesin, materi, bahan baku, dan proses pengolahan (Wahyuni et al., 2018).

Kesejahteraan yang dimaksud bukan hanya dari segi fisik, tetapi juga mencakup kondisi mental, semangat, dan lingkungan kerja (Mangkunegara, 2017). Hal ini mencerminkan komitmen perusahaan untuk menciptakan kondisi kerja yang aman dan mendukung, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kinerja pekerja dan membantu organisasi mencapai tujuannya (Maulana, 2020). Selain kecelakaan kerja, ada pula penyakit yang dapat timbul akibat pekerjaan, seperti penyakit yang disebabkan oleh radiasi cahaya, kontaminasi, dan bahan berbahaya lainnya (Marom, 2018). Menurut Occupational Health and Safety Assessment Series (OHSAS), kecelakaan kerja yaitu peristiwa yang berkaitan dengan pekerjaan yang mengakibatkan cedera atau rasa sakit, serta peristiwa yang dapat berujung pada kematian.

Penyebab utama kecelakaan kerja adalah manajemen yang tidak efektif. Pengelolaan yang buruk dapat berujung pada kurangnya pelatihan yang tepat, pengawasan yang tidak memadai, dan protokol keselamatan yang lemah. Beberapa faktor penyebab kecelakaan di pabrik antara lain:

a. Faktor Usia

Hubungan antara usia dan kecelakaan kerja menunjukkan bahwa kecelakaan cenderung berkurang seiring bertambahnya usia, meskipun tingkat keparahan dan waktu pemulihan dapat lebih lama. Usia muda biasanya lebih rentan terhadap kecelakaan karena sikap ceroboh dan terburu-buru.

b. Faktor Gender

Pada pekerjaan yang membutuhkan kekuatan fisik, seperti di industri atau bagian produksi, pekerjaan tersebut lebih sering dilakukan oleh laki-laki karena kekuatan tubuh mereka yang lebih tinggi dibandingkan wanita, sehingga hasil yang dicapai lebih maksimal dan sesuai dengan target produksi.

c. Faktor Masa Kerja

Lama masa kerja dapat berdampak pada kinerja, baik memberikan dampak positif maupun negatif. Pengalaman yang lebih lama dalam bekerja dapat meningkatkan kinerja, namun kebiasaan buruk bisa muncul seiring waktu.

d. Faktor Motivasi

Kekuatan yang menggerakkan pekerja untuk berusaha dan berperilaku sesuai tujuan tertentu. Faktor-faktor motivasi kerja meliputi kesejahteraan, pujian, kegigihan, usaha, dan dukungan keluarga.

e. Faktor Beban Kerja

Kewajiban pekerja yang ditetapkan perusahaan untuk mencapai target tertentu. Beban kerja yang terlalu berat dapat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental, serta memicu reaksi emosional seperti sakit kepala, masalah pencernaan, dan peningkatan kemarahan. Beban kerja yang tidak seimbang juga dapat menyebabkan stres.

f. Faktor Human Error

Kesalahan manusia adalah perilaku yang tidak sesuai atau tidak diinginkan yang dapat mengurangi efektivitas, keselamatan kerja, dan kinerja sistem (Panengah, 2012)

### 3.1 Hubungan antara Stres Kerja dan Tingkat Kecelakaan Kerja.

Berbagai penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara tingkat stress kerja dan peningkatan risiko kecelakaan kerja di lingkungan industri. Pekerja dengan tingkat stres yang tinggi cenderung lebih rentan mengalami kecelakaan, baik yang bersifat ringan maupun serius. Beberapa faktor utama yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko kecelakaan kerja meliputi tekanan waktu, ketidakjelasan tugas, serta kurangnya control terhadap pekerjaan.

### 3.2 Pengaruh Stres Kerja terhadap Kepatuhan Prosedur Keselamatan.

Ada beberapa pendapat yang menunjukkan bahwa beban kerja juga dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan terhadap metode keamanan bawaan. Para profesional yang menghadapi tekanan kerja yang berat cenderung mengabaikan metode keselamatan atau melakukan aktivitas berbahaya, bahkan mereka mematuhi metode tersebut sangat penting karena dapat berkontribusi dalam mengurangi terjadinya kecelakaan di lingkungan kerja. Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan kondisi atau faktor yang berdampak pada kesejahteraan dan keamanan pekerja, baik karyawan tetap, pekerja sementara, maupun kontraktor, serta pengunjung atau individu lain di lingkungan kerja. Dengan menerapkan standar dan peraturan yang berlaku, setiap aspek dalam perusahaan dapat berjalan dengan aman, sehingga karyawan dapat bekerja secara optimal dan perusahaan dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

### 3.3 Faktor-Faktor Pelindung Manajemen Stres.

Faktor yang memengaruhi manajemen stres meliputi dukungan sosial dan karakter individu (Taylor, 2018). Dukungan sosial memiliki empat fungsi utama, yaitu dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan informasi, dan dukungan instrumental. Sementara itu, tipe kepribadian yang berperan dalam mengatasi stres mencakup ketahanan (*hardiness*), sikap optimis, dan sifat humoris. Terdapat variabel preventif yang dapat menurunkan risiko stres pada K3, padahal stres akibat kerja dapat memberikan pengaruh buruk yang besar. Tingkat stres di tempat kerja dapat diturunkan dan keadaan K3 ditingkatkan dengan bantuan dukungan sosial dari pimpinan dan rekan kerja, kontrol pribadi terhadap pekerjaan seseorang, dan program intervensi yang menekankan pada manajemen stres dan kesehatan mental (Harianto, 2014).

Temuan studi literatur ini menyoroti betapa pentingnya memahami bagaimana stres kerja mempengaruhi kesejahteraan dan mencegah kecelakaan di tempat kerja. Stres di tempat kerja berdampak buruk pada kesehatan pribadi serta produktivitas dan keselamatan tempat kerja secara keseluruhan. Perlu disebutkan bahwa ada banyak elemen yang saling berhubungan yang berkontribusi terhadap rumitnya hubungan antara stres kerja dan K3. Tingkat stres yang tinggi dapat disebabkan oleh hal-hal seperti keterbatasan waktu, beban kerja yang berlebihan, dan kurangnya kendali terhadap pekerjaan. Hal ini meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja dan menurunkan produktivitas pekerja.

Pentingnya menerapkan teknik yang efisien untuk menangani stres kerja di tempat kerja adalah salah satu hasil dari temuan ini. Tingkat stres di tempat kerja dapat diturunkan dan kondisi K3 secara umum dapat ditingkatkan dengan penggunaan program intervensi yang menekankan manajemen stres, peningkatan kesehatan mental, dan memperkuat dukungan sosial. Lebih lanjut, hasil ini menekankan perlunya strategi

pengelolaan K3 yang lebih komprehensif. Selain komponen fisik, permasalahan psikologis dan sosial yang mungkin mempengaruhi kondisi kerja secara keseluruhan harus dipertimbangkan dalam upaya meningkatkan keselamatan dan kesehatan kerja.

Penelitian di masa depan diperlukan untuk lebih memahami hubungan antara stres terkait pekerjaan dan K3 dan untuk mengidentifikasi teknik pengurangan stres yang lebih efisien. Kita dapat mengembangkan strategi yang lebih menyeluruh dan berjangka panjang untuk meningkatkan kondisi K3 di sektor industri dan menjadikan tempat kerja lebih aman dan sehat bagi seluruh karyawan dengan lebih memahami dinamika ini.

Banyak penelitian telah membahas tentang kecelakaan kerja di lingkungan pabrik. Berikut adalah ringkasan dari beberapa hasil penelitian dan artikel terkait:

1) Kasus Kebakaran Pabrik Kembang Api di Tangerang.

Berdasarkan artikel di [staffnew.uny.ac.id](http://staffnew.uny.ac.id), kebakaran yang terjadi di pabrik kembang api di Tangerang mengakibatkan 23 orang meninggal dunia dan puluhan lainnya terluka. Penyebab kebakaran diduga berasal dari hubungan arus pendek listrik yang memicu ledakan bahan kimia di dalam pabrik. Situasi ini menyoroti pentingnya peran manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dalam memberikan edukasi terkait pencegahan risiko kecelakaan.

2) Kecelakaan di Pabrik Gula Rafinasi PT Darma Pala Usaha Sukses, Cilacap.

Artikel yang sama melaporkan kecelakaan kerja di pabrik gula Rafinasi di Cilacap, Jawa Tengah, di mana 4 orang cleaning service meninggal dunia setelah tersiram air panas dalam tangki, sementara satu pekerja lainnya mengalami luka parah. Penyebab utama kecelakaan ini adalah kelalaian operator kran (human error), ditambah kurangnya pengawasan dari manajemen dalam aspek kesehatan, keselamatan, dan keamanan kerja. Penelitian ini mengungkapkan bahwa tidak ada implementasi sistem K3 di perusahaan tersebut.

3) Penelitian Eka Swaputri tentang Penyebab Kecelakaan Kerja di PT Jamu Air Mancur.

Dalam skripsinya (2009), Eka Swaputri mengidentifikasi bahwa penyebab kecelakaan di PT Jamu Air Mancur adalah 40% terpeleset, 20% luka akibat terpotong, dan 40% lainnya disebabkan tergelincir atau keseleo. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kelalaian pekerja (human error) menjadi faktor utama, sementara perusahaan juga belum menerapkan sistem K3 secara efektif.

4) Penelitian Ahmad Mas'ari tentang Kecelakaan Kerja di PT Haluan Riau Pekanbaru.

Dalam jurnalnya (2019), Ahmad Mas'ari menunjukkan pentingnya peran manajemen K3 dalam mengurangi kecelakaan kerja. Namun, penelitian ini menemukan kurangnya fasilitas keselamatan kerja, tidak adanya alat pelindung diri (APD) yang digunakan oleh pekerja, dan minimnya tanda-tanda keselamatan di area produksi. Hal ini mencerminkan rendahnya perhatian perusahaan terhadap manajemen keselamatan kerja.

5) Penelitian Dwi Yuli Anugrah tentang Kecelakaan Kerja di PT Tondong Jaya Marmer.

Berdasarkan skripsinya (2019), Dwi Yuli Anugrah menyimpulkan bahwa kurangnya edukasi terkait manajemen K3 menjadi penyebab utama kecelakaan di PT Tondong Jaya Marmer. Faktor lain yang ditemukan adalah rendahnya tingkat penggunaan APD, perilaku kerja yang tidak sesuai, dan kurangnya pengetahuan pekerja mengenai K3. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran manajemen dalam memberikan edukasi dan memastikan penerapan K3 untuk mengurangi risiko kecelakaan kerja.

#### 4. KESIMPULAN

Manajemen stres adalah proses mengendalikan perasaan dan pikiran seseorang agar tidak menimbulkan dampak negatif atau berujung pada tindakan berisiko. Pekerja dengan tingkat stres kerja serta memiliki kesejahteraan mental yang lebih rendah. Beberapa faktor utama yang memperkuat keterkaitan antara stress kerja dan kondisi K3 meliputi tekanan waktu, ketidakjelasan tugas, serta minimnya control terhadap pekerjaan. Meskipun demikian, elemen perlindungan seperti program intervensi dan dukungan sosial dapat menjadi sangat penting dalam mengurangi dampak buruk dari stres terkait pekerjaan.

Namun, ancaman terhadap keamanan psikologis dan kegagalan dalam menggunakan alat pelindung diri dapat meningkatkan risiko penyakit dan cedera sekaligus memperburuk tingkat stres pekerja. Selain itu, masalah kesehatan fisik dan mental seseorang mungkin memburuk karena perasaan kesepian dan terisolasi, yang dapat diperburuk oleh kurangnya dukungan sosial di tempat kerja. Selain itu, ketidaksesuaian antara orang tersebut dan tugas yang diembannya dapat meningkatkan tingkat stres dan menyebabkan ketidakhagiaan kerja. Produktivitas dan kesejahteraan secara keseluruhan mungkin dipengaruhi oleh ketidakselarasan kemampuan pribadi dengan persyaratan profesional, serta variasi nilai budaya. Secara keseluruhan, elemen-elemen ini

berinteraksi dan membantu menciptakan lingkungan kerja yang beracun secara fisik dan psikologis. Oleh karena itu, penting bagi perusahaan untuk mengenali, membatasi, dan mengendalikan elemen-elemen ini untuk meningkatkan kesejahteraan karyawan dan produktivitas organisasi secara keseluruhan sekaligus menurunkan risiko stres terkait pekerjaan yang dapat mempengaruhi keselamatan dan kesehatan di tempat kerja.

## 5. REFERENSI

- Alhasani, M., Mulchandani, D., Oyebode, O., Baghaei, N., & Orji, R. (2022). A systematic and comparative review of behavior change strategies in stress management apps: Opportunities for improvement. *Frontiers in Public Health*, 10, 777567.
- Anwar, R. (2024). TINJAUAN LITERATUR TENTANG PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA DI LINGKUNGAN INDUSTRI. *Ecohealth: Jurnal Inovasi Kesehatan Lingkungan dan Keselamatan Kerja*, 1(1), 1-6.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.
- Ginting, A. F. N. (2024). MANAJEMEN STRES PADA TENAGA KESEHATAN DALAM TIM KOLABORASI ANTARPROFESI (IPE/IPC). *Caring*, 1(01), 01-04.
- Harnawati, R. A. (2023). Penerapan Manajemen Stres Untuk Mengelola Stres Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 11(2), 117-122.
- Hariato, Feri. 2014. Pengaruh Perilaku Dan Pengalaman Kerja Terhadap Kejadian Kecelakaan Kerja Konstruksi di Surabaya
- Lalu, M. S., Russeng, S., Wahyuni, A., Fajarwati, I. I., Yanti, I. H., & Yusbud, M. (2020). Manajemen Stres Pemandu Lalu Lintas Udara (Air Traffic Controller) Studi Kasus: MATSC-Makassar. *Warta Ardhia*, 46(1), 39-46.
- Mandagi, R. C. P., Sondakh, R. C., & Maddusa, S. S. (2022). Hubungan Kelelahan Kerja dengan Kejadian Kecelakaan Kerja di PT. Putra Karangetang Desa Popontolen Kabupaten Minahasa Selatan. *KESMAS*, 11(5).
- Maulani, M. R., Setiawan, I., & Rahmatuloh, M. (2024). PENERAPAN KONSEP BIG DATA UNTUK OPTIMALISASI MANAJEMEN ASET DI PT POS INDONESIA. *Jurnal Ilmiah Teknologi Infomasi Terapan*, 10(2).
- Mustafa, A., Malihah, L., Zabidi, H., & Anwar, M. K. (2024). Peran Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Dalam Mencegah Kecelakaan Kerja. *Management Studies and Business Journal (PRODUCTIVITY)*, 1(1), 8-17.
- Rachmawati IK. 2008. *Manajemen Sumber Daya Manusia*, 1e. Triyuliana AH, editor. Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET. 162 p
- Sari, W. N. (2022). Pengaruh Kerjasama Tim, Lingkungan Kerja, Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus Pada Klinik Pratama Rawat Inap PRISDHY). *Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi Dan Bisnis*, 1(3), 129-139.
- Winarno, A. F. (2019). Pengaruh Keselamatan, Dan Kesehatan Kerja, Lingkungan Kerja, Semangat Kerja, Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Maspion I Pada Divisi Maxim Departemen Spray Coating Sidoarjo. *JEM17: Jurnal Ekonomi Manajemen*, 4(2).
- Zhang, H., Zhao, Z., & Yuan, X. (2020). Job stress, job burnout, and safety performance in the construction industry. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2181.
- Zhou, Z., Wang, P., & Fang, Y. (2020). Research on the impact of job stress on employees' safety behavior in the construction industry based on SEM. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8), 2715.