HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP BEBAN KERJA DENGAN

STRESS KERJA PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA

Garba Rahma Widi

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

emarakyan@gmail.com

**Abstrak**

 Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stres kerja pada guru sekolah luar biasa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja pada guru sekolah luar biasa. Subjek penelitian ini adalah guru sekolah luar biasa dari tiga sekolah yaitu SLB Tunas Sejahtera, SLB Bakti Siwi, SLB Tunas Kasih 2 Turi dan telah bekerja minimal selama enam bulan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Persepsi Terhadap Beban Kerja dan Skala Stress Kerja. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis *Product Moment.* Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh koefisien korelasi rxy= 0,428 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 (p<0,050) yang berarti ada hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja. Nilai koefisien determinasi (*R Squared*) sebesar 0,183 menunjukkan bahwa variabel persepsi terhadap beban kerja memberi kontribusi sebesar 18,3% terhadap variabel stress kerja pada guru sekolah luar biasa dan sisanya 81,7% dipengaruhi oleh faktor lain, yaitu tuntutan tugas, ketidakpastian pekerjaan, hubungan antara karyawan, iklim organisasi, suasana tempat kerja, tekanan dari atasan, pekerjaan yang terlalu banyak, perubahan struktur kehidupan, dukungan sosial, kemampuan, harga diri, *locus of control*, kepribadian, serta fleksibilitas menghadapi pekerjaan.

**Kata kunci : Stress Kerja, Persepsi Terhadap Beban Kerja, Guru Sekolah Luar Biasa.**

RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTIONS OF WORKLOAD WITH WORK STRESS ON SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) TEACHERS

Garba Rahma Widi

Mercu Buana University of Yogyakarta

emarakyan@gmail.com

**ABSTRACT**

 This study aimed to determine the relationship between perceptions of workload with work stress on Sekolah Luar Biasa (SLB) teachers. The hypothesis stated that there was a positive relationship between the perceptions of workload with the stress work on SLB teachers. The subjects were the teachers from three schools namely SLB Tunas Sejahtera, SLB Bakti Siwi, SLB Tunas Kasih 2 Turi who have worked for six months at minimum. The data were collected by using the Scale Perception on Workload and Job Stress Scale. The data analysis method used was the Product Moment. Based on the results of the study, the correlation coefficient r xy was 0.428 with a significance value of 0.002 (p <0, 050), which meant there was a positive relationship between perceptions of workload with the work stress. The coefficient of determination (R Squared) of 0.183 indicated that the variable perception of the workload contributed 18.3% to the work stress variable on SLB teachers and the remaining 81.7% was influenced by the other factors; they were the demands of the task, job uncertainty, relationship between employees, organizational climate, atmosphere of the workplace, pressure from employers, too much workload, changing the life structure, social support, ability, self-esteem, locus of control, personality and flexibility to face the work.

**Keywords: Work Stress, Perception on Workload, SLB Teachers**

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia merupakan hal yang sangat penting, karena pendidikan merupakan usaha manusia untuk membantu peserta didik untuk mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan. Di Indonesia terdapat lembaga pendidikan khusus yaitu Sekolah Luar Biasa (SLB), sekolah luar biasa adalah sebuah lembaga pendidikan formal yang melayani pendidikan bagi anak-anak berkebutuhan khusus, dan sebagai lembaga pendidikan, SLB ini dibentuk dengan tujuan untuk memberikan pembelajaran bagi peserta didik (Pramartha, 2015). Keberadaan sekolah luar biasa juga tidak lepas dari peran tenaga pendidik, Banyaknya kondisi anak yang ada di sekolah luar biasa membuat diperlukannya guru yang mampu menangani berbagai macam kategori, karena berlangsungnya sebuah sistem pendidikan bergantung pada tenaga pendidik atau guru. Peran guru yang penting membuat guru memiliki tanggung jawab untuk mendidik siswa, dan dituntut untuk melaksanakan proses belajar mengajar dengan baik.

Oleh karena itu banyaknya tanggung jawab yang harus dimiliki menuntut guru untuk dapat menyesuaikan diri dengan pekerjaannya, apabila hal tersebut tidak dapat dilakukan maka akan menimbulkan ketidakseimbangan yang merupakan salah satu penyebab stres (Puspitasari, 2018). Menurut Buchari (2010) guru juga tidak dapat terhindarkan dari stres kerja. Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan (Mangkunegara, 2015). Munandar (2008) juga mengungkapkan bahwa stres kerja adalah ketidakcocokan antar individu (dalam arti kepribadian, bakat dan kecakapanya) dengan lingkungan. Sebagai seorang guru di sekolah luar biasa tentunya siap menangani berbagai tuntutan, bersikap kompeten diberbagai aktivitas akademik, akan tetapi, kesiapan guru dalam menghadapi siswa, pada kenyataannya membuat guru tidak sepenuhnya terhindar dari stres kerja. Hal ini sesuai dengan penelitian Mufidah (2009) pada 80 guru sekolah luar biasa, yang menunjukkan bahwa sebanyak 72 guru atau 90% guru mengalami stres kerja. Stres kerja biasanya terjadi karena perilaku negatif siswa, beban kerja berlebih, konflik dengan atasan, konflik peran, peran kerja yang kurang jelas, fasilitas mengajar kurang memadai, lingkungan kerja tidak nyaman, dan penghargaan untuk kinerja guru yang rendah. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa stres kerja yang terjadi pada guru sekolah luar biasa dikarenakan adanya ketidakseimbangan antara kondisi fisik, psikis, dan tingkah laku, sehingga menimbulkan ketidaknyamanan kerja pada guru sekolah luar biasa yang salah satunya dapat disebabkan oleh beban kerja.

Peneliti memilih persepsi beban kerja sebagai variabel bebas dikarenakan cara pandang seorang guru terhadap beban kerja yang diberikan sekolah dapat mempengaruhi cara guru merencanakan dan menyampaikan pembelajaran yang akan dilakukan dan hal ini merupakan unsur penting dalam tercapainya tujuan pembelajaran. Menurut Wijono (2010) faktor yang menyebabkan stres kerja ada 2 yaitu faktor pekerjaan, hal ini seperti tuntutan tugas, ketidakpastian pekerjaan, hubungan antara karyawan, iklim organisasi, suasana tempat kerja, beban kerja, tekanan dari atasan serta pekerjaan yang terlalu banyak. Serta faktor diluar pekerjaan seperti perubahan struktur kehidupan, dukungan sosial, kemampuan, harga diri, *locus of control*, kepribadian, serta fleksibilitas menghadapi pekerjaanDari uraian diatas maka stres kerja dapat terjadi karena terdapat peran persepsi terhadap beban kerja.

Menurut Robbins (2008) persepsi adalah kesan yang diperoleh seseorang malalui panca indra kemudian dianalisa, diinterpretasi, dan di evaluasi sehingga memiliki makna. Guru sekolah luar biasa dituntut untuk menyelesaikan pekerjaannya sesuai dengan deskripsi pekerjaan yang telah dibebankan, Beban kerja yang semakin berat secara otomatis akan membuat tugas dan tanggung jawab guru bertambah (Muharomi, 2010) dan dapat mempengaruhi kondisi guru, beban kerja rendah dan sesuai dengan kemampuan akan menyebabkan hasil kerja yang lebih optimal, sebaliknya beban kerja yang tinggi akan menyebabkan tertundanya tugas dan menyebabkan produktivitas menurun.

Menurut Munandar (2008) beban kerja adalah keadaan dimana karyawan dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan pada waktu tertentu, selain itu menurut Tarwaka (2010) beban kerja adalah beban atau tugas yang ditanggung seseorang dalam menjalankan pekerjaannya. Aspek beban kerja menurut Tarwaka (2010) yaitu beban waktu (*Time load*) adalah jumlah waktu yang tersedia dalam perencanaan, pelaksanaan dan monitoring tugas, kedua beban mental (*Mental effort load*) adalah merencanakan seberapa banyak usaha mental atau niatan dalam diri dan jumlah atensi yang diberikan untuk melaksanakan dan menyelesaikan tugas, serta yang terakhir yaitu beban psikologis (*Psychological stress load*) adalah resiko, kebingungan, control diri, perasaan tidak aman serta frustasi yang dihubungkan dengan performansi atau tampilan tugas.

Cara pandang terhadap beban kerja adalah hal penting penunjang meningkatnya kinerja karyawan, karena cara pandang terhadap beban kerja yang rendah akan membuat guru semangat bekerja, Guru merasa bersemangat dalam bekerja apabila menurut guru beban kerja yang diberikan oleh sekolah dapat diselesaikan dengan baik dan tidak melebihi waktu yang ditentukan.

Untuk itu sangat penting menentukan beban kerja yang tepat untuk diberikan kepada guru,sehingga guru dapat bekerja dengan baik, tidak mudah mengalami stress kerja, serta peluang tercapainya tujuan dalam pembelajaran semakin besar serta memungkinkan terhindar dari rasa bosan dan kejenuhan dalam menyelesaikan tugas (Waigu, 2017). Sebaliknya cara pandang tentang beban kerja yang tinggi akan membuat terganggunya kinerja guru dan menghambat proses belajar mengajar dan akan meningkatkan peluang guru mengalami stress kerja. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan menurunnya motivasi karyawan sehingga hal ini menjadi salah satu penyebab kelelahan dan membuat para pekerja menjadi tertekan (Hariyono, 2009).

Berdasarkan uraian diatas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja pada guru sekolah luar biasa. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja pada guru sekolah luar biasa. Apabila beban kerja dipersepsikan rendah maka tingkat stress kerja akan rendah, sebaliknya apabila beban kerja dipersepsikan tinggi maka tingkat stress kerja akan tinggi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala. Penyusunan skala dengan menggunakan skala bentuk likert, skala likert dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2016) skala ini menggunakan metode penskalaan pernyataan yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar nilai skala (Azwar, 2017).

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 42 guru dari tiga sekolah luar biasa yaitu SLB Tunas Sejahtera, SLB Bakti Siwi, dan SLB Tunas Kasih 2 Turi, telah bekerja minimal enam bulan karena diasumsikan telah memiliki pengalaman kerja dan melakukan interaksi dengan tempat kerjanya (Sedarmayanti, 2011).

Pengambilan subjek ini menggunakan teknik *sampling purposive.* Menurut Sugiyono (2016) *sampling purposive* adalah menentukan subjek dengan pertimbangan tertentu atau karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode analisis *Product Moment* yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Hal tersebut didasarkan pada tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari hubungan antara Persepsi Terhadap Beban Kerja dengan Stress Kerja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

 Deskripsi data stress kerja pada guru sekolah luar biasa didasarkan atas skor hipotetik, dari hasil perhitungan skor hipotetik tersebut, selanjutnya dilakukan pengelompokan menjadi tiga kategori yaitu kategori tinggi, sedang, dan rendah. Berdasarkan hasil kategorisasi data Stress Kerja, diketahui bahwa mayoritas subyek penelitian memiliki tingkat Stress Kerja pada kategori sedang dengan jumlah 40 orang (95%). Sisanya, 2 orang (5%) dalam kategori rendah, dan 0 orang (0%) dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subyek dalam penelitian ini memiliki tingkat stress kerja dengan kategori sedang. Selanjutnya berdasar hasil skor hipotetik kategori data persepsi terhadap beban kerja diketahui bahwa mayoritas subyek penelitian memiliki tingkat persepsi terhadap beban kerja pada kategori sedang dengan jumlah 42 orang (100%). Sisanya, 0 orang (0%) dalam kategori sedang, dan 0 orang (0%) pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subyek dalam penelitian ini memiliki tingkat persepsi terhadap beban kerja dengan kategori sedang.

Selanjutnya peneliti melakukan uji prasyarat untuk mengetahui kelayakan data untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan teknik statistik. Uji prasyarat ada 2 yaitu : Uji Normalitas dan Uji Linieritas.

1. Uji Normalitas

Berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel stress kerja diperoleh K-S-Z = 0,156 (p < 0,050) berarti sebaran data variabel stress kerja tidak mengikuti sebaran data normal. Selanjutnya untuk variabel persepsi terhadap beban kerja diperoleh K-S-Z = 0,111 (p > 0,050) berarti sebaran data variabel persepsi terhadap beban kerja mengikuti sebaran data normal. Priyatno (2010) mengatakan bahwa data yang banyaknya lebih dari 30 maka data dikatakan sampel besar, maka data lebih dari 30 dianggap telah mewakili distribusi normal.

1. Uji Linieraitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah vaiabel stress kerja dan persepsi terhadap beban kerja memiliki hubungan yang linier atau tidak. Berdasarkan uji linieritas diperoleh F = 8.728 dengan taraf signifikasi sebesar p = 0,006 (p < 0,050) hal ini berarti hubungan antara stress kerja dan persepsi terhadap beban kerja merupakan hubungan yang linier.

Selanjutnya setelah uji prasyarat terpenuhi, maka peneliti melakukan uji hipotesis dengan analisis korelasi *Product Moment* dengan bantuan IBM *SPSS Statistics* versi 21. Analisis korelasi *Product Moment* digunakan untuk mengetahui korelasi tunggal antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada korelasi antara stress kerja dengan persepsi terhadap beban kerja dengan r = 0,428 dan p=0,002 (p<0,050), dengan demikian terdapat korelasi antara stress kerja dengan persepsi terhadap beban kerja.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ada hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja **diterima/teruji**. Selanjutnya untuk koefisien determinasi (R *Squared*) yang diperoleh sebesar 0,183 menunjukkan bahwa persepsi terhadap beban kerja mempengaruhi stress kerja sebesar 18,3 %, hal tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 81,7 % disebabkan oleh faktor lain.

Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian, diperoleh koefisien korelasi r = 0,428 dengan taraf signifikasi 0,002 (p < 0,050) hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian yaitu terdapat hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja, semakin rendah persepsi terhadap beban kerja maka semakin rendah tingkat stress kerja, sebaliknya semakin tinggi persepsi terhadap beban kerja maka semakin tinggi stress kerja. Stress kerja yang dialami oleh guru disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah beban kerja.

Hal tersebut juga diungkapkan oleh Wijono (2010) bahwa faktor yang dapat menyebabkan stress kerja adalah beban kerja. Faktor ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman bagi guru karena ketidakmampuan guru menyelesaikan beban kerja yang diterimanya akan menimbulkan stress kerja. Beban kerja yang semakin berat secara otomatis akan membuat tugas dan tanggung jawab guru bertambah (Muharomi, 2010), bertambahnya tanggung jawab guru dapat mempengaruhi kondisi guru serta meningkatkan peluang untuk terjadinya stress kerja.

Asril (2010) juga menyatakan bahwa beban kerja yang diberikan akan mempengaruhi produktifitas dan kinerja karyawan. Cara pandang terhadap beban kerja dapat mempengaruhi kondisi guru karena beban kerja akan berdampak di setiap orang yang mengalaminya (Lenny, 2004).

Beban kerja ringan dan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki guru akan berpengaruh dalam pelaksanakan tugas dan secara bersamaan menurunkan tingkat stress kerja guru. Ketika beban kerja dirasakan sesuai dengan standar dan kemampuan yang dimiliki guru, maka semangat dan motivasi kerja guru akan meningkat serta peluang tercapainya tujuan pembelajaran juga akan semakin besar, maka proses belajar mengajar juga menjadi semakin efektif, karena beban kerja dapat diselesaikan dengan baik.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Wijiningsih (2016) semakin rendah persepsi terhadap beban kerja maka akan semakin rendah pula stress kerja. Sebaliknya penelitian lain yang dilakukan Sanjaya (2012) menjelaskan bahwa pemberian target pekerjaan yang terlalu tinggi, yang tidak sesuai dengan kemampuan fisik atau keahlian seseorang akan membuat orang tersebut terbebani dan memicu timbulnya stres kerja. Hal ini berarti beban kerja yang berlebihan sangat mempengaruhi kondisi karyawan. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa munculnya stress kerja diakibatkan oleh persepsi terhadap beban kerja yang dimiliki guru.

Ketika guru menilai atau memiliki cara pandang yang rendah terhadap beban pekerjaannya maka akan meningkatkan semangat bekerja pada guru dan secara langsung akan meningkatkan keefektifan belajar mengajar, sebaliknya ketika guru menilai atau memiliki cara pandang yang tinggi terhadap beban pekerjaannya maka akan menyebabkan terganggunya kinerja serta terhambatnya proses belajar mengajar hingga target yang tidak tercapai dan hal tersebut menyebabkan stress kerja.

Berdasarkan hasil kategorisasi data persepsi terhadap beban kerja, diketahui bahwa mayoritas subyek penelitian memiliki tingkat persepsi terhadap beban kerja pada kategori sedang dengan jumlah 42 orang (100%). Sisanya, tidak ada subyek yang masuk pada kategori yang tinggi ataupun rendah. Individu yang memiliki persepsi terhadap beban kerja sedang cenderung merasa bahwa dirinya memiliki tanggung jawab yang berat atas pekerjaannya, waktu luang dalam menyelesaikan pekerjaan kurang, konsentrasi dalam menyelesaikan pekerjaan menurun, tidak bisa mengambil keputusan dengan cepat jika ada masalah dalam pekerjaan,pekerjaan tidak dapat diselesaikan dengan tepat waktu, Inilah yang menyebabkan secara umum guru sekolah luar biasa mempunyai tingkat persepsi terhadap beban kerja yang sedang.

Hasil ini diikuti oleh stress kerja yang berada dalam kategori sedang, diketahui bahwa mayoritas subyek penelitian memiliki tingkat stress kerja pada kategori sedang dengan jumlah 40 guru (95%). Sisanya, 2 guru (5%) dalam kategori rendah, dan 0 siswa (0%) pada kategori tinggi. Individu yang memiliki stress kerja sedang cenderung cepat merasa lelah ketika bekerja, gelisah dengan pekerjaan, tidak dapat bekerja secara maksimal, sulit untuk menenangkan diri, merasa kelelahan secara fisik dan mental, selera makan menurun, Inilah yang menyebabkan secara umum guru sekolah luar biasa mempunyai tingkat stress kerja yang sedang

KEIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan hipotesis yang berbunyi ada hubungan positif antara persepsi terhadap beban kerja dengan stress kerja pada guru sekolah luar biasa, **diterima.** Semakin rendah persepsi terhadap beban kerja maka semakin rendah stress kerja guru, sebaliknya semakin tinggi persepsi terhadap beban kerja maka semakin tinggi stress kerja guru. Berdasarkan analisis data diketahui koefisien determinan, koefisien determinasi ($R^{2}$) sebesar 0,183 menunjukkan bahwa variabel persepsi terhadap beban kerja pada guru sekolah luar biasa menunjukkan kontribusi sebesar 18,3% dan 81,7 % disebabkan oleh faktor lain.

Berdasarkan hasil analisis dan skor masing-masing subyek, menunjukkan bahwa dari 42 subyek memiliki persepsi terhadap beban kerja pada kategori sedang dengan jumlah 42 orang (100%), sisanya tidak terdapat subyek yang berada dalam kategori tinggi maupun rendah, dan berdasarkan hasil analisis dan skor masing-masing subyek, menunjukkan bahwa dari 42 subyek memiliki stress kerja pada kategori sedang dengan jumlah 40 orang (95%), sisanya 2 orang (5%)ndalam kategori rendah, dan tidak terdapat subyek yang berada dalam kategori tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Asril. (2010). *Hubungan Antara Persepsi Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Tampan Pekanbaru.* Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim .

Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologis.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hariyono, W. (2009). Hubungan Antara Beban Kerja Stress Kerja dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta. *Jurnal Kes Mas*, 162-232.

Lenny, I. (2004). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Pekanbaru .* Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.

Mangkunegara, A. P. (2015). *Manajemen Sumberdaya Manusia Perusahaan.* Bandung: Remaja Rosda Karya.

Mufidah, L. (2009). *Studi Deskriptif Tentang Stress Kerja Pada Guru PLB di Kabupaten Bojonegoro.* Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Muharomi, E. (2010). *Stress Kerja Ditinjau Drai Persepsi Terhadap Beban Kerja Pada Guru Yang Mengajar Mata Pelajaran Ujian Nasional Tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) Di Kota Yogyakarta.* Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Munandar, S. (2008). *Psikologi Industri dan Organisasi.* Jakarta: UI-Press.

Pramartha, I. N. (2015). Sejarah dan Sistem Pendidikan Sekolah Luar Biasa Bagian A Negeri Denpasar Bali. *Jurnal Historia*, 67-74.

Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis DataPenelitian Dengan SPSS.* Yogyakarta: Gava media.

Puspitasari, M. &. (2018). Hubungan Antara Persepsi Beban Kerja Dengan Stress Kerja Pada Air Traffic Controller Di Perum LPPNPI Air Nav Indonesia Cabang Madya Surabaya. *Jurnal Empati*, 113-118.

Robbins, S. P. (2008). *Perilaku Organisasi Edisi ke-12.* Jakarta: Salemba Empat.

Sanjaya, F. (2012). Peran Moderasi Kecerdasan Emosi pada Stress Kerja. *Jurnal Dinamika Manajemen*, 155-163 .

Sedarmayanti. (2011). *Tata Kerja Dan Produktifitas Kerja.* Bandung: CV. Mandar Maju.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Tarwaka. (2010). *Ergonomi Industri.* Surakarta: Harapan Press.

Waigu, C. (2017). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Hermana Lembean. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 1-8.

Wijiningsih. (2016). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Beban Kerja Dengan Stress Kerja Pada Karyawan PT. Sri Rejeki Iman Tbk Sukoharjo.* Sukoharjo: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wijono, S. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi.* Jakarta: Prenanda Media Group.