

DAFTAR PUSTAKA

- Adoe, A. (2015). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres kerja pada perawat di RSUD Wirosaban Yogyakarta. Universitas Respati Yogyakarta.
- Afita, L., & Nuranasmita, T. (2023). The role of social support in promoting resilience and mental well-being. *Bulletin of Science Education*, 3(3), 269-279.
- Akib, A. M., Sunarjo, S., & Kaimuddin, S. M. (2023). Dukungan sosial terhadap stres kerja pegawai Kejaksaan Negeri Konawe. *Jurnal Sublimapsi*.
- Andriani, D. (2018). Hubungan dukungan sosial dan stres kerja pada karyawan pelabuhan laut wilayah "X". Universitas Negeri Semarang.
- Annisa, R. N., Anwar, A., Kurniawan, A. W., Haeruddin, M. I. M., & Dipoatmodjo, T. S. (2024). PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN PADA UPDK PLTD GUNUNG MALANG BALIKPAPAN. *MOTIVASI*, 9(2), 108-116.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi (Edisi II)*. Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2025). Data Penduduk dan Angkatan Kerja Indonesia. Diakses dari <https://gorontalo.kab.bps.go.id/id/news/2025/02/05/30/memahami-generasi-z--tantangan--perilaku--dan-peluang.html>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Persentase Penduduk Indonesia Menurut Generasi Tahun 2023. Diakses dari <https://www.bps.go.id>
- Cici, C., Firayanti, Y., & Mahardhika, T. (2025). Analisis Faktor Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada (ABK) Kapal AKRA 90 PT. AKR

- Sea Transport). *AKSIOMA: Jurnal Sains Ekonomi dan Edukasi*, 2(2), 536-549.
- Cigna Corporation. (2022). *Cigna 360 global well-being survey 2022: Exhausted by work – The employer opportunity*. Cigna. <https://www.cigna.com>
- Cooper, C. L. (2013). *50 things you can do today to manage stress at work*. Chichester: Summersdale.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. In S.
- Damanik, R. A. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai di Dinas Ketahanan Pangan, Tanaman Pangan dan Hortikultura Medan Universitas Sumatera Utara.
- Febrianti, D., Fitriyanti, L., & Suryati, S. (2025). Analysis of the Relationship Between Resilience and Stress Levels Among University Employees. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 49-61.
- French, K. A., Allen, T. D., & Shockley, K. M. (2021). Perceived family and partner support and the work–family interface: A meta analytic review. *Journal of Work and Psychology*.
- Gallup. (2022). *State of the global workplace: 2022 report*. Gallup. <https://www.gallup.com>
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan sosial, penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148-155.

- Kamil, R. (2023). Generasi Z, Pustakawan, dan Vita Activa Kepustakawanan. *BACA: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 25-34.
- Li, F., Wang, G., & Briggs, B. (2020). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 14, 133072. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Luthans, F. (2005). *Organizational behavior*. Boston: McGraw-Hill.
- Maghfirah, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Karyawan. *Jurnal Doktor Manajemen*, 6(2), 127-136.
- Odini, L. S., & Prasetyo, A. (2023). Pengaruh beban kerja, job burnout, dan konflik peran terhadap tingkat stres kerja pada karyawan pt. Adhi makmur oenggoel insani. *Maeswara: Jurnal Riset Ilmu Manajemen Dan Kewirausahaan*, 1(4), 249-266.
- Odini, L. S., & Prasetyo, A. (2023). Pengaruh beban kerja, job burnout, dan konflik peran terhadap tingkat stres kerja pada karyawan pt. Adhi makmur oenggoel insani. *Maeswara: Jurnal Riset Ilmu Manajemen Dan Kewirausahaan*, 1(4), 249-266.
- Pasaribu, S. B., Hasibuan, A. S., Pratiwi, D. A., & Salianto, S. (2024). Dampak Stress Kerja dan Cara Mengatasinya Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7, 2.
- Pratama, E. B. A., Purwono, U., & Yudiana, W. (2021). VALIDASI KONTEN ALAT UKUR KESIAPAN KEPUTUSAN KARIER. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(1), 27.
- Pratama, Y., Hakim, A. R., & Maulida, A. S. (2024). Dukungan Sosial dan Job Demand terhadap Stres Kerja pada Karyawan Gen Milenial dan Z. *JURNAL*

PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K),
5(3), 753-762.

Priyono, A., & Tampubolon, S. (2023). Pengaruh Job Insecurity dan Beban Kerja terhadap Turnover Intention (Studi Kasus pada Karyawan Milenial dan Gen Z di Bank BJB Cabang Daan Mogot). *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Madani*, 5(2), 15-33.

Purwanti, I. (2021). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Adaptabilitas Karir pada Fresh Graduates UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-raniry).

Putra, S. W. H. (2016). Hubungan Antara Makna Kerja Dengan Stres Kerja Pada Anggota Polisi Fungsi Sabhara (Studi Pada Polres Kota Malang, Kabupaten Bondowoso, Dan Kabupaten Situbondo). Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Putranto, C. Z., & Wijaya, E. (2024). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan Bagian Sales PT. X. *Jurnal Ekonomi, Manajemen dan Perbankan (Journal of Economics, Management and Banking)*, 10(1), 39-56.

Rangga, M. A., & Hermiati, N. F. (2023). Pengaruh stres kerja dan job insecurity terhadap turnover intention dengan kepuasan kerja sebagai variabel intervening pada karyawan Generasi Z di Kabupaten Bekasi. *Management Studies and Entrepreneurship Journal (MSEJ)*, 4(4), 2990-3000.

Robbins, S. P. (2009). *Organizational behavior: A custom edition for the University of Arizona*. Pearson Custom Publishing.

- Safitri, N., & Utami, S. (2022). Peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis dan stres kerja karyawan. *Jurnal Kesejahteraan Psikologis*, 5(1), 71–79.
- Santoso, S., & Saputra, F. (2024). Pengaruh Konflik Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Pekerja Gen Z Di Bandar Lampung. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JURKAMI)*, 9(1), 207-218.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Sari, W. R. (2018). *Hubungan Antara Stress Kerja Dengan Turnover Intention Pada Karyawan Di Perusahaan Pembiayaan Fif Group (Federal International Finance) Unit Ii Tulang Bawang* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Safitri, R. D. (2021). *Pengaruh gaya belajar terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang saat melaksanakan pembelajaran daring* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Setiadji, A. R. A., Kusumaningtyas, S., & Juniarti, J. E. (2023, November). Persepsi milenial terhadap stereotipe gen z. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)* (Vol. 2, pp. 103-113).
- Sugiyono, P. D. (2010). Metode Peneliian. *Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*.
- Sugiyono. (2019). Statistik untuk penelitian. Alfabeta.
- Sungkono, J., & Wulandari, A. A. (2022). Pembelajaran Teorema Limit Pusat Melalui Simulasi. *Absis: Mathematics Education Journal*, 4(2), 69-76.

- Tumaruddin, F., & Siregar, R. (2023). Dukungan sosial dan stress kerja pada karyawan. *Jurnal Sublimapsi* 4(2), 228-238
- Uddin, M. (2020). The role of family social support on work stress for frontline working mothers in Bangladesh. *Studies in Business and Economics*, 23(1), 38-60.
- Undang-Undang No. 14 Tahun 1969 tentang Ketentuan-Ketentuan Pokok Mengenai Tenaga Kerja.
- Wahyuningrum, E., & Khan, R. B. F. (2023). Pengaruh stres kerja terhadap turnover intention dengan kepuasan kerja sebagai mediasi pada Generasi Z di DKI Jakarta. *Jurnal E-Bis: Ekonomi Bisnis*, 7(2), 486-499.
- Wijaya, A. A., Dahniel, R. A., & Dharma, S. (2021). Pengaruh Gaya Kepemimpinan dan Struktur Organisasi terhadap Stres Penyidik dan Penyidik Pembantu. *Jurnal Ilmu Kepolisian*, 15(1), 7-7.
- Wijiati, W., & Chasanah, U. (2024). Pengaruh Gaya Hidup Generasi Z (Fleksibilitas Kerja dan Kompensasi) Terhadap Pemilihan Pekerjaan. *Jurnal Riset Akuntansi dan Bisnis Indonesia*, 4(2), 485-499.
- Wijono, S. (2010). *Psikologi industri & organisasi*. Kencana.
- Wirandha, A. L. S. H., & Heryadi, A. (2022). Keterkaitan Dukungan Keluarga Dengan Stres Kerja Prajurit. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 624-631.
- Yolanda, E., & Rahayuningsih, I. (2023). Pengaruh hardiness dan dukungan sosial terhadap stress pedagang pasar tradisional di pasar tradisional duduk

sampeyan. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(3), 159-170.