

---

---

## HUBUNGAN *SHIFT* KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA OPERATOR DUMP TRUCK PT. JAYA MINING PACIFIC

Syahrul Malik<sup>1</sup>; Isradi Zainal<sup>2</sup>; Andi Surayya<sup>3</sup>

Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Program Diploma IV, Universitas Balikpapan, Jl. Pupuk Raya,

Gn. Bahagia Balikpapan 76114 Telp. (0542) 764205

Email: syahrulmalik13@gmail.com<sup>1</sup>, isradi.zainal@uniba-bpn.ac.id<sup>2</sup>,

andi.surayya@uniba-bpn.ac.id<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Industri pertambangan merupakan sektor dengan tingkat risiko kerja yang tinggi, baik secara fisik maupun psikologis. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesehatan mental pekerja adalah sistem *shift* kerja, terutama pada pekerjaan yang beroperasi selama 24 jam penuh. *Shift* kerja yang tidak sesuai dengan ritme biologis manusia dapat menyebabkan gangguan keseimbangan hidup dan berujung pada stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *shift* kerja dengan tingkat stres kerja pada operator dump truck di PT. Jaya Mining Pacific. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* dan melibatkan 40 responden menggunakan teknik total sampling. Data *shift* kerja diperoleh dari data sekunder perusahaan, sementara data stres kerja dikumpulkan menggunakan kuesioner HSE *Management Standards Indicator Tool*. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebanyak 35% responden mengalami stres kerja kategori rendah, 27,5% sedang, 30% tinggi, dan 7,5% sangat tinggi. Responden *shift* malam memiliki proporsi stres tinggi dan sangat tinggi tertinggi dibandingkan *shift* pagi dan siang. Hasil uji inferensial menggunakan *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara *shift* kerja dan stres kerja dengan nilai korelasi ( $r = -0,821$ ) dan signifikansi ( $p = 0,000$ ).

**Kata Kunci:** *Shift* Kerja, Stres Kerja, Operator Dump Truck.

---

---

### ABSTRACT

The mining industry is a sector with a high level of occupational risk, both physically and psychologically. One factor that can affect workers' mental health is the shift work system, especially for workers who operate 24 hours a day. Shift work that is not in line with human biological rhythms can cause imbalances in life and lead to work-related stress. This study aims to investigate the relationship between work shifts and work-related stress levels among dump truck operators at PT. Jaya Mining Pacific. The study employs a quantitative approach with a cross-sectional design and involves 40 respondents using total sampling technique. Work shift data were obtained from the company's secondary data, while work-related stress data were

collected using the HSE Management Standards Indicator Tool questionnaire. Descriptive analysis results showed that 35% of respondents experienced low-level work stress, 27.5% moderate, 30% high, and 7.5% very high. Respondents working night shifts had the highest proportions of high and very high stress levels compared to morning and daytime shifts. The results of the inferential test using Spearman's Rank showed a very strong and significant negative correlation between work shifts and work-related stress, with a correlation coefficient ( $r = -0.821$ ) and significance level ( $p = 0.000$ ).

**Keywords:** Work Shifts, Work Stress, Dump Truck Operators.

---

## PENDAHULUAN

Pada industri pertambangan sumber daya manusia berperan krusial dalam menentukan keberhasilan perusahaan. Pengelolaan yang baik diperlukan untuk memastikan performa yang optimal dan berkelanjutan. Kurangnya perhatian perusahaan terhadap pekerja dapat berdampak negatif, sehingga perusahaan harus memastikan kesejahteraan karyawan demi mencapai tujuan bisnis. Dengan begitu, karyawan yang berkualitas akan bertahan dan tidak berpikir untuk meninggalkan perusahaan (Wibowo et al., 2023). Selain itu, industri ini memiliki tingkat resiko yang tinggi terhadap kecelakaan kerja, pencemaran lingkungan, dan penyakit akibat kerja.

Penyakit akibat kerja mempunyai beberapa jenis, salah satunya merupakan stres kerja. Uliasi (2021) mengungkapkan stres kerja dapat terjadi karena faktor - faktor dari lingkungan, faktor individu. Tanda tanda stres antara lain mengkonsumsi minuman alkohol, sulit konsentrasi, mudah cemas, gampang merasa tertekan hingga rasa keputusasaan dan mengalami masalah kondisi fisik seperti insomnia, nyeri dada dan sebagainya (Batubara et al., 2023). Dampak dari stres sangat berbahaya diantaranya dapat mengakibatkan kecelakaan kerja karena penurunan konsentrasi sehingga dapat menghambat performa perusahaan dan merugikan perusahaan.

Mengacu pada data yang dikumpulkan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2022, sebanyak 15% penyakit terkait pekerjaan disebabkan oleh gangguan mental, termasuk stres dan depresi. Data tersebut

menyatakan perbaikan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Selain itu, *Labour Force Survey UK* tahun 2022 mencatatkan 914.000 kasus stres kerja, dengan rata-rata 2.850 kasus per 100.000 pekerja. Stres kerja menyumbang sekitar 50% dari seluruh kasus penyakit terkait pekerjaan, dengan jumlah hari kerja yang hilang mencapai 17 juta hari (HSE UK, 2022).

Di kawasan Asia Pasifik, termasuk Indonesia, tingkat stres kerja sudah mencapai tahap yang mengkhawatirkan. Tekanan tinggi di lingkungan kerja membuat stres kerja berkembang menjadi masalah serius di Indonesia, yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental para pekerja (M. R. A. Putra et al., 2024). Menurut laporan *State of the Global Workplace* sebanyak 44% pekerja mengalami stres kerja. Survei ini melibatkan 122.416 responden dari 160 negara. Dalam laporan tersebut, Gallup juga mengungkapkan bahwa di Indonesia, 21% pekerja dilaporkan mengalami stres kerja (Mufida & Inayah, 2024).

Ramli (2010) mengungkapkan sebanyak 88% kecelakaan industri disebabkan oleh tindakan dan kondisi yang tidak aman. Kondisi tidak aman ini lebih sering terjadi pada *shift* malam, sedangkan pada *shift* pagi dan sore lebih jarang terjadi. Selaras dengan pernyataan tersebut, data menyatakan bahwa persentase kecelakaan kerja pada *shift* malam lebih tinggi, yaitu 33,34%, dibandingkan dengan *shift* pagi yang hanya 20,83% (Paral dkk et al., 2022).

Stres kerja dapat ditimbulkan dari jam kerja atau *shift* kerja yang berlebihan dan kondisi pekerja menjadi kekurangan

konsentrasi yang bisa mengakibatkan kerugian pada perusahaan dengan kejadian kecelakaan, di PT. Jaya Mining Pacific memiliki 3 *shift* jam kerja, yaitu *shift* pagi (07:00 – 15:00), *shift* siang (15:00 – 23:00), dan *shift* malam (23:00 – 07:00). Mengacu pada Undang – Undang No. 13 Tahun 2003 pasal 77 ayat 2, pembagian waktu kerja yaitu 8 jam dalam 1 hari, dan 40 jam kerja dalam 1 minggu.

Mengacu pada temuan awal yang diperoleh penulis saat melakukan observasi dan wawancara terhadap 4 operator *dump truck* dan *project manager* PT. Jaya Mining Pacific hasil wawancara yang telah dilakukan diketahui bahwa PT. Jaya Mining Pacific belum pernah melakukan pengukuran tingkat stres kerja pada operator *dump truck* dan untuk hasil wawancara kepada operator *dump truck* didapatkan hasil 3 dari 4 operator mengalami gejala stres seperti sulit tidur, sakit kepala, emosi yang tidak stabil.

Dengan latar belakang yang telah dijelaskan, studi ini berfokus pada analisis hubungan antara sistem *shift* kerja dengan tingkat stres yang di alami oleh operator *dump truck* di PT. Jaya Mining Pacific. Diharapkan bahwa hasil dari studi ini dapat memberikan wawasan bagi perusahaan dalam mengelola jadwal kerja secara lebih efektif serta berperan pada perbaikan kesejahteraan para pekerja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian korelasional dan menggunakan desain cross-sectional yaitu metode yang sifatnya sesaat pada suatu waktu dan tidak diikuti terus-menerus dalam kurun waktu tertentu. Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan data dependen maupun independen yang ada pada operator *dump truck* PT. Jaya Mining Pacific.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh operator *dump truck* yang bekerja di PT. Jaya Mining Pacific, yang berjumlah sebanyak 40 orang. Karena jumlah populasi tergolong kecil, maka penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yaitu

seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Teknik ini dipilih agar data yang diperoleh lebih representatif dan mencerminkan kondisi nyata di lapangan.

Instrumen yang digunakan pada studi ini merupakan lembar kuesioner pengukuran stres kerja dari HSE *Management Standard Indicator Tools* Aspek-aspek yang dinilai dalam HSE *Management Standard Indicator Tools*. Pengumpulan data dilakukan melalui dua jenis sumber: data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil penyebaran kuesioner kepada para responden, sedangkan data sekunder diperoleh dari jadwal kerja resmi yang diterbitkan oleh pihak perusahaan.

Teknik analisis data menggunakan pendekatan statistik analisis deskriptif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik demografis responden dan distribusi frekuensi *shift* kerja serta kategori tingkat stres kerja. Sementara itu, untuk mengetahui hubungan antara *shift* kerja dan tingkat stres kerja, digunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan program SPSS, berikut ini disajikan karakteristik responden dalam penelitian

**Tabel 1. Frekuensi Jenis Kelamin Responden**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-Laki	40	100%
Perempuan	0	0%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan pada tabel 1, seluruh responden pada studi ini berjenis kelamin, laki- laki, yaitu sebanyak 40 orang atau 100%. Hal ini menyatakan bahwa pekerjaan sebagai operator *dump truck* di PT. Jaya Mining Pacific sepenuhnya diisi oleh tenaga kerja laki- laki.

**Tabel 2. Frekuensi Usia Responden**

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
<25	2	5%
25-34	35	87,5%
35-44	3	7,5%
≥ 45	0	0%
Total	40	100%

Berdasarkan pada hasil tabel 3, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 25-34 sebanyak 35 orang (87,5%). Selanjutnya, responden dengan usia 35-44 tahun berjumlah 3 orang (7,5%) dan usia dibawah 25 tahun berjumlah 2 orang (5%).

**Tabel 3. Frekuensi Pendidikan Terakhir Responden**

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
SMP/Sederajat	3	7,5%
SMA/SMK	37	92,5%
Sarjana	0	0%
Total	40	100%

Berdasarkan hasil pada tabel 3 menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA/SMK, yaitu sebanyak 37 orang (92,5%).

Sementara itu, sebanyak 3 responden (7,5%) memiliki pendidikan terakhir SMP atau sederajat.

**Tabel 4. Frekuensi Status Pernikahan Responden**

Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase (%)
Belum menikah	13	32,5 (%)
Menikah	27	67,5 (%)
Cerai/Duda/janda	0	0 (%)
Total	40	100 (%)

Berdasarkan hasil tabel 4, mayoritas responden berstatus menikah, yaitu sebanyak 27 orang (67,5%). Sementara itu, responden yang belum menikah berjumlah 13 orang 32,5 (%).

**Tabel 5. Frekuensi Lama Bekerja Responden**

Lama Bekerja	Frekuensi	Persentase (%)
< 1 Tahun	0	0%
1-3 Tahun	13	32,5%
4-6 Tahun	23	57,5%
≥6 Tahun	4	10,0%
Total	40	100%

Berdasarkan hasil tabel 5, menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki lama bekerja 4-6 tahun yaitu sebanyak 23 orang (57,5%). Sebanyak 13 responden (32,5%) memiliki masa kerja 1-3 tahun dan sisanya sebanyak 4 responden (10%) telah bekerja lebih dari 6 tahun.

**Tabel 6. Frekuensi Shift Kerja Responden**

Shift Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Pagi	13	32,5%
Siang	13	32,5%
Malam	14	35,0%
Total	40	100%

Berdasarkan hasil tabel 6, hasil orang (32,5%) dan *Shift* Malam sebanyak 14 orang (35%). Pembagian ini menyatakan bahwa sistem kerja di PT. Jaya Mining Pacific menerapkan pola *shift* yang merata dengan jumlah tenaga kerja yang hampir seimbang di setiap jadwal kerja.

**Tabel 7. Tabel Frekuensi Kategori Stres Kerja Responden**

Kategori Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	14	35%
Sedang	11	27%
Tinggi	12	30%
Sangat Tinggi	3	7,5%
Total	40	100%

Pada hasil analisis data tabel 7, diketahui bahwa dari 40 responden mayoritas berada pada kategori stres rendah sebanyak 14 orang (35,0%). Sebanyak 11 responden (27,5%) mengalami stres sedang dan 12 responden (30,0%) berada dalam kategori stres tinggi. Sementara itu hanya 3 responden (7,5%) yang mengalami stres sangat tinggi. Sebagian besar responden sebesar 62,5% termasuk dalam kategori stres rendah hingga sedang, sementara itu sisanya yang berjumlah 37,5% berada pada kategori stres tinggi dan sangat tinggi.

**Tabel 8. Hasil Uji Spearman Rank**

Shift Kerja	Stres Kerja				Jumlah
	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	
<b>Pagi</b>	11 (78%)	2 (18,2%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	<b>13</b> <b>(100%)</b>
<b>Siang</b>	3 (21,4%)	7 (63,6%)	3 (25,0%)	0 (0,0%)	<b>13</b> <b>(100%)</b>
<b>Malam</b>	0 (0,0%)	2 (8,2%)	9 (75,0%)	3 (100%)	<b>14</b> <b>(100%)</b>

Hasil analisis *Spearman Rank*, diperoleh nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000. Karena p-value yang diperoleh sebesar 0,000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian signifikan secara statistik. Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Maka dari itu hasil dari studi ini terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *shift* kerja dan tingkat stres kerja. Temuan ini mendukung asumsi bahwa sistem kerja bergiliran, terutama *shift* malam, berpotensi meningkatkan risiko stres kerja dibandingkan *shift* lainnya.

Hasil uji korelasi *Spearman Rank* juga menyatakan bahwa hubungan antara kedua variabel memiliki arah negatif yang sangat kuat dengan nilai koefisien korelasi sebesar ( $r = -0,821$ ). Korelasi negatif ini menyatakan bahwa semakin tidak teratur sistem *shift* kerja yang dijalani seperti *shift* malam atau sistem rotasi yang berubah-ubah maka tingkat stres kerja cenderung meningkat. Sebaliknya, jika jadwal kerja lebih teratur dan konsisten seperti pada *shift* pagi, maka tingkat stres kerja cenderung lebih rendah.

Hasil deskriptif menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja dalam kategori rendah hingga sedang (62,5%), sementara sisanya (37,5%) berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar belum mengalami stres berat tetap terdapat proporsi signifikan yang mengalami tekanan kerja tinggi, terutama pada *Shift* malam dimana tidak ada responden yang berada pada kategori stres

rendah maupun sedang dan justru 75% mengalami stres tinggi serta 25% sangat tinggi. Sebaliknya, *shift* pagi didominasi oleh tingkat stres rendah (78%), sedangkan *shift* siang mayoritas mengalami stres sedang (63,6%). Hal ini dikarenakan pengaturan roaster *shift* kerja yang kurang teratur dan hal tersebut menyatakan adanya pola perbedaan tingkat stres mengacu pada pembagian *shift* kerja.

Jika ditinjau mengacu pada *shift* kerja, terdapat kecenderungan bahwa pekerja pada *shift* malam mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan *shift* pagi dan siang. Hal ini sejalan dengan penelitian (Aini et al., 2024) dan (J. A. Putra et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa pekerja pada *shift* malam cenderung mengalami stres lebih tinggi karena gangguan ritme biologis, waktu istirahat yang terbatas, serta tekanan pekerjaan yang berlangsung terus menerus.

Temuan ini konsisten dengan teori *Job Demand-Control Model* oleh Karasek (1979), yang mengungkapkan bahwa stres kerja muncul ketika terdapat ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan (*Job Demand*) dan kontrol yang dimiliki oleh pekerja terhadap pekerjaannya. *Shift* malam cenderung meningkatkan tuntutan kerja sambil mengurangi kontrol atas ritme biologis dan sosial yang pada akhirnya meningkatkan risiko stres kerja. Selain itu, metode teori Tarwaka (2004) yang melihat stres sebagai respon terhadap interaksi antara individu dan lingkungan kerja juga mendukung hasil ini. Pekerjaan *shift* malam dapat memicu respon psikologis seperti kecemasan dan orientasi emosi, untuk respon fisiologis seperti gangguan tidur, sakit kepala, serta orientasi perilaku seperti menurunnya dorongan kerja dan semangat.

Studi ini juga sejalan dengan hasil studi dari (Syalsabila Yasinta Nurliasari, 2023) yang menemukan bahwa *shift* kerja memiliki dampak terhadap stres kerja pada perawat rumah sakit. Sementara itu (J. A. Putra et al., 2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa *shift* kerja bersama beban kerja dan lingkungan kerja berdampak terhadap tingkat stres karyawan secara signifikan.

Namun, perbedaan hasil ditemukan dalam studi (Pradina & Kresna Febriyanto, 2022) yang menarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *shift* kerja dan stres kerja pada petugas lembaga pemasyarakatan. Hal ini menyatakan bahwa dampak *shift* kerja terhadap stres kerja dapat bervariasi tergantung pada jenis pekerjaan, lingkungan kerja dan kondisi psikososial masing-masing individu.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *shift* kerja terhadap stres kerja pada operator dump truck di PT. Jaya Mining Pacific, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat stres kerja pada operator dump truck bervariasi mengacu pada *shift* kerja yang dijalani. Sebagian besar responden berada pada kategori stres rendah hingga sedang, namun terdapat kecenderungan perbaikan pada pekerja *shift* malam dibandingkan dengan *shift* pagi dan siang.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan tingkat stres kerja. Hasil uji *Spearman Rank* menyatakan nilai korelasi negatif yang sangat kuat dengan signifikan 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang menyatakan bahwa semakin berat atau tidak teraturnya *shift* kerja, maka semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami oleh pekerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa sistem kerja bergiliran khususnya *shift* malam berpotensi meningkatkan risiko stres kerja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., Elvina, & Anggraeni. (2024). Hubungan *Shift* Kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Di PT."X" Kota Batam Tahun 2023 Nur Aini,1 Elvina,2 Anggraeni3. 3(1).
- Alpian, N., Zulfikar, I., & Wahyuni, S. (2024). Hubungan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Perawat Ruang Igd Rumah Sakit Umum Daerah Dr Kanujoso Djatiwibowo Balikpapan. *Identifikasi*, 10(1), 143-149.
- Arini, B. P. (2021). Dampak *Shift* Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Performa Perawat Pada Moslem Baby Day Care Di Timoho Yogyakarta (Studi Pada Moslem Baby Day Care). *Jurnal Akmenika*, 18(1), 485–491.
- Asmardayanti dkk, S. A., Nisa S, F. S., & Wardani, T. L. (2021). Hubungan Beban Kerja Fisik Dan Tingkat Kelelahan Dengan Stres Kerja Petugas Kebersihan Jalan Kota Madiun. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 6(1), 49. <https://doi.org/10.21111/jihoh.v6i1.6181>
- Azizah, N., Fairus Prihatin Idris, & Andi Asrina. (2023). Hubungan Umur Dengan Stres Kerja Pada Pedagang New Makassar Mall Kota Makassar. *Window of PublicHealth Journal*, 4(2), 595–602. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i4.765>
- Batubara, I. M., Aritonang, A. O., Batubara, L. H., & Salianto, S. (2023). Dampak *Shift* Kerja Terhadap Stress Kerja pada 5 Orang Karyawan PT. Asam Jawa Kota Pinang. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 822–828. <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v4i2.4409>
- Dian Dwiana Maydinar, Fernalia, V. A. R. (2020). Hubungan *Shift* Kerja dan Masa Kerja dengan Stres Kerja Perawat Kamar Bedah RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2019. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4(2), 237–245. <http://cyberchmk.net/ojs/index.php/ners/article/download/756/247/>
- Hamdan, Amarul, & Gentari, R. E. (2022). Dampak Lingkungan Kerja, Stres Kerja, Dan Dorongan Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Akuntansi Manajemen (JAKMEN)*, 1(2), 110-125. <https://doi.org/10.30656/jakmen.v1i2.5686>

- Hasibuan, A. S., Sahputra, M., & Hasibuan, A. (2024). Faktor-Faktor Yang Memdampaki Stres Kerja Terhadap Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(2), 95–100. <https://doi.org/10.55606/innovation.v2i2.2871>
- HSE UK. (2022). Health and safety at work Summary statistics for Great Britain 2023. *Macbeth*, 21–22. <https://www.hse.gov.uk/statistics/overall/hssh1819.pdf>
- Ihsan, M. A., Rusba, K., & Ramdan, M. (2025). Hubungan Pengawasan Terhadap Kepatuhan Penggunaan Alat Pelindung Diri Pada Karyawan Di PT. XYZ. *Identifikasi*, 11(2), 400-407.
- Makkira, M., Syakir, M., Kurniawan, S., Sani, A., & Ngandoh, A. M. (2022). Dampak Stres Kerja, Komunikasi Kerja dan Kepuasan Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan pada PT. Prima Karya Manunggal Kabupaten Pangkep. *Amkop Management Accounting Review (AMAR)*, 2(1), 20–27. <https://doi.org/10.37531/amar.v2i1.141>
- Maslina, M., Rahman, F., & Ramdan, M. (2025). Hubungan Lama Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Supir Trailer K75 Di Kota Balikpapan. *Identifikasi*, 11(2), 363-368.
- Mufida, R. Z., & Inayah, Z. (2024). Hubungan Beban Kerja Fisik Dan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja (Studi Kasus : Pada Pekerja PT. Bumi Persada Karya). 5(September), 9311–9323.
- Mulyadi, M. (2017). Dorongan Kerja Dan Kompensasi. *Bina'Al-Ummah*, 119–127. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/alummah/article/view/3285>
- Nurbaity, S., Rahmadi, H., & Fithriani, E. S. (2019). *Shift* Kerja Dan Stres Kerja Berdampak Terhadap Performa Karyawan PT. Techno Indonesia. *Administrasi Kantor*, 7(2), 137–150.
- Pambudi, A. P., Heikal, J., & Bakrie, U. (2024). Menyingkap Dorongan Pemilihan Sistem Kerja *Shift*. 2(11).
- Paral dkk, M. V., Mandias, R., & Shinstya, L.A. (2022). *Shift* Kerja dan Kecelakaan Kerja pada Karyawan. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 8(1), 26–32.
- Pradina, T. M., & Kresna Febriyanto. (2022). Hubungan Antara *Shift* Kerja dengan Stres Kerja Pada Petugas Lembaga Pemasarakatan. *Borneo Student Research*, 3(2), 1884–1889.
- Pratama, D. F., Maslina, M., & Zainul, L. M. (2024). Hubungan Pengetahuan Keselamatan Berkendara Dan Masa Kerja Pada Pengemudi Truk Di PT Balikpapan Ready Mix Kota Balikpapan. *Identifikasi*, 10(1), 210-216.
- Putra, F. B. A., Yaser, M., & Saputra, F. (2024). Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja dan *Shift* Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. *Journal of Public Health Education*, 3(4), 162–169. <https://doi.org/10.53801/jphe.v3i4.230>
- Putra, J. A., Siboro, I., Iwan, & Zulfikar. (2020). Hubungan *Shift* Kerja Terhadap Stress Kerja Karyawan Pt Astra Rekayasa Unggul Balikpapan Work *Shift* Relationship To Work Stress Employees of Pt Astra Rekayasa Unggul Balikpapan. *Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja Dan Lindungan Lingkungan*, 1(1), 17–22.
- Putra, M. R. A., Halin, H., & Yeni, Y. (2024). Dampak Beban Kerja dan Stress Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT Berkat Sawit Sejati. *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen Dan Akuntansi (JEBMA)*, 4(1), 332–341. <https://doi.org/10.47709/jebma.v4i1.3615>
- Shukla, A., & Srivastava, R. (2016). Development of short questionnaire to measure an extended set of role expectation conflict, coworker support and work-life balance: The new job

stress scale. *Cogent Business and Management*, 3(1), 1–19.  
<https://doi.org/10.1080/23311975.2015.1134034>

- Triyono, M. B., Mutohhar, F., Kholifah, N., Nurtanto, M., Subakti, H., & Prasetya, K. H. (2023). Examining The Mediating-Moderating Role Of Entrepreneurial Orientation And Digital Competence On Entrepreneurial Intention In Vocational Education. *Journal of Technical Education and Training*, 15(1), 116-127.
- Uliasi, J. (2021). Hubungan Antara Shift Kerja Dengan Stress Kerja Terhadap Karyawan. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat (SNKM), IV(November)*, 61–70.  
[https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SNKM\\_UEU/article/view/129](https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SNKM_UEU/article/view/129)
- Wibowo, D. S., Ruspitasari, W. D. R., & Handoko, Y. (2023). Dampak Kepuasan Kerja, Stres Kerja, Dan Lingkungan Kerja Terhadap Turnover Intension pada Karyawan Operator PT. Berkat Citra Lestari, Samarinda. *Bursa : Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 2(1), 101–113.  
<https://doi.org/10.59086/jeb.v2i1.237>
- Zadry, Raimona, H., Lusi, SusaZadry, Raimona, H., Lusi, S., Yuliandra, B., & Desto, J. (2015). Analisis Dan Perancangan Sistem Kerja. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. nti, Yuliandra, B., & Desto, J. (2015). Analisis Dan Perancangan Sistem Kerja. *In Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Zainul, L. M. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Safety Riding Pada Remaja Di SMA Negeri 8 Balikpapan. *Identifikasi*, 6(2), 314-320.