
HUBUNGAN ANTARA USIA PEKERJA DAN MASA KERJA DENGAN STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. SINGLURUS PRATAMA SITE ARGOSARI

Rafli Norzaki Antul¹; Isradi Zainal²; Andi Surayya Mappangile³

Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Program Diploma IV, Universitas Balikpapan, Jl. Pupuk Raya,
Gn. Bahagia Balikpapan 76114 Telp. (0542) 764205
Email: antulzaki@gmail.com¹, isradi.zainal@uniba-bpn.ac.id²,
andi.surayya@uniba-bpn.ac.id³

ABSTRAK

Latar belakang : Lingkungan kerja yang padat tuntutan, tekanan waktu, dan risiko pekerjaan tinggi seperti di sektor pertambangan dapat memicu stres kerja pada karyawan. Jika tidak ditangani dengan baik, stres kerja dapat berdampak pada keselamatan kerja, produktivitas, dan kesehatan mental pekerja. Tujuan penelitian : untuk mengetahui hubungan antara usia dan masa kerja dengan stres kerja pada karyawan PT. Singlurus Pratama Site Argosari. Metode : Penelitian menggunakan kuantitatif korelasional dengan desain Cross-Sectional. Sampel berjumlah 95 orang dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner DASS-42 dari Lovibond dan Lovibond (1995) untuk mengukur tingkat stres kerja. Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square dan regresi logistik. Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori usia paling dominan adalah ≥ 25 tahun sebanyak 86 orang (90,5%) dan masa kerja ≥ 5 tahun sebanyak 87 orang (91,6%). Tingkat stres kerja paling banyak berada pada kategori sedang sebanyak 31 responden (32,6%). Hasil uji chi-square menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara usia ($p = 0,037$) dan masa kerja ($p = 0,014$) dengan stres kerja. Regresi logistik menunjukkan bahwa usia ≥ 25 tahun berisiko 7 kali dan masa kerja ≥ 5 tahun berisiko 3,6 kali mengalami stres kerja berat. Kesimpulan : Ada hubungan antara usia dan masa kerja dengan tingkat stres kerja pada karyawan PT. Singlurus Pratama Site Argosari.

Kata Kunci: Usia, Masa Kerja, Stres Kerja, DASS-42, Karyawan.

ABSTRACT

Background : A demanding work environment, time pressure, and high job risks such as those found in the mining sector can trigger work stress among employees. If not properly managed, work stress may affect workplace safety, productivity, and employees' mental health. Objective : To determine the relationship between age and length of employment with work stress among employees at PT. Singlurus Pratama Site Argosari. Method : This study used a quantitative correlational approach with a cross-sectional design. A total of 95 employees were selected using total sampling. Data were collected using the DASS-42 from Lovibond and Lovibond (1995) questionnaire to measure work stress levels. Analysis was performed using Chi-Square and

logistic regression tests. Results : The most dominant age category was ≥ 25 years with 86 respondents (90.5%), and length of employment ≥ 5 years with 87 respondents (91.6%). The most common stress level was moderate, experienced by 31 respondents (32.6%). Chi-square test showed a significant relationship between age ($p = 0.037$) and length of employment ($p = 0.014$) with work stress. Logistic regression showed that employees aged ≥ 25 years were 7 times more likely, and those with ≥ 5 years of service were 3.6 times more likely to experience severe work stress. Conclusion : There is a significant relationship between age and length of employment with work stress among employees at PT. Singlurus Pratama Site Argosari.

Keywords: Age, Length of Service, Work Stress, DASS-42, Employees.

PENDAHULUAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Lingkungan Kerja, keselamatan dan kesehatan kerja merupakan serangkaian upaya yang dilakukan secara sistematis untuk menjamin dan melindungi tenaga kerja melalui pencegahan terhadap kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Upaya ini mencakup penciptaan lingkungan kerja yang aman, sehat, dan nyaman agar pekerja dapat menjalankan aktivitasnya secara optimal tanpa adanya gangguan terhadap kesehatan fisik maupun mental (Safitri, 2020).

Salah satu tantangan utama dalam penerapan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) adalah stres yang ditimbulkan oleh beban pekerjaan. Menurut World Health Organization (WHO), stres kerja merupakan respons fisik dan emosional yang muncul ketika tuntutan pekerjaan tidak seimbang dengan kemampuan, sumber daya, atau kebutuhan individu. Ketidakseimbangan ini dapat memicu perasaan kewalahan ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas, hingga munculnya gangguan psikologis yang lebih serius. Stres di tempat kerja tidak hanya berdampak pada kesehatan mental dan fisik karyawan, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan kinerja, produktivitas, serta motivasi kerja (Bungawati & Taqwin, 2022).

Stres kerja merupakan permasalahan serius yang tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga terhadap produktivitas dan stabilitas operasional perusahaan. Tingginya angka kejadian stres

akibat kerja menegaskan pentingnya identifikasi faktor-faktor penyebabnya, seperti usia dan masa kerja, guna mendukung upaya pencegahan dan pengendalian yang lebih efektif di lingkungan kerja (Sari et al., 2023).

Menurut Gallup's State of the Global Workspace Report, pada tahun 2022, 44% pekerja di seluruh dunia kerap merasa stres. Persentase ini sama dengan tahun 2021, dan juga menjadi persentase stres tertinggi dalam lebih dari satu dekade. Di Asia Tenggara, Filipina menjadi negara dengan tingkat stres pekerja tertinggi, yakni 45% responden. Indonesia menjadi negara dengan tingkat stres pekerja terendah di Asia Tenggara. Gallup mencatat, hanya 21% responden pekerja di Indonesia yang mengaku kerap stres pada tahun 2022 Meskipun tingkat stres pekerja di Indonesia tergolong rendah dibandingkan negara-negara Asia Tenggara lainnya, hal ini tidak dapat dijadikan alasan untuk mengabaikan potensi risiko psikososial di tempat kerja (Akbar et al., 2024).

Stres ini bisa berdampak pada kesehatan individu, baik secara fisik, psikologis, maupun perilaku. Oleh karena itu, penting untuk meneliti stres kerja beserta faktor-faktor penyebabnya. Dengan mengatasi faktor-faktor tersebut, organisasi dapat menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesehatan para karyawannya (Hamdiyah et al., 2023a).

Stres kerja merupakan kondisi tertekan yang dirasakan oleh seorang pekerja saat menjalankan tugasnya. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan

fungsi sistem kekebalan tubuh dan kondisi fisik, sehingga meningkatkan risiko terhadap gangguan kesehatan, memengaruhi kesehatan mental, serta memicu perubahan perilaku dan kepribadian. Stres yang dialami pekerja juga dapat menyebabkan menurunnya kinerja, yang pada akhirnya berpotensi menurunkan tingkat produktivitas dan menghambat pencapaian tujuan perusahaan (Hapsari et al., 2023).

Usia merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kecenderungan seseorang mengalami stres kerja. Pekerja yang lebih tua umumnya memiliki kondisi kesehatan yang kurang optimal dibandingkan dengan pekerja yang lebih muda. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan dalam fungsi organ dan kondisi fisik, yang menjadikan individu lebih rentan terhadap stres kerja. Penurunan ini dipengaruhi oleh perubahan fisiologis yang mengakibatkan menurunnya berbagai kemampuan, seperti penglihatan, daya pikir, daya ingat, dan pendengaran (Sari et al., 2023).

Selain usia, masa kerja merupakan salah satu faktor predisposisi penting yang memengaruhi respons tubuh terhadap stres. Hal tersebut dikarenakan karyawan yang masa kerjanya < 5 tahun belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat kerjanya, sedangkan karyawan yang masa kerjanya \geq 5 tahun sudah menyesuaikan diri dan beradaptasi dengan lingkungan kerjanya dan lebih berpengalaman dalam menyelesaikan pekerjaannya sehingga ia lebih bisa mengendalikan stresnya dalam bekerja (Akbar et al., 2024)

Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada bulan Mei 2025, di PT. Singlurus Pratama Site Argosari usia pekerja disana adalah 22-57 tahun, masa kerja 2-17 tahun dan belum ada penelitian tentang stres kerja. Karyawan di perusahaan pertambangan seperti PT. Singlurus Pratama Site Argosari menghadapi tantangan kerja yang cukup berat. Pekerja ini tidak hanya harus memenuhi target operasional, tetapi juga dituntut untuk menjaga keberlanjutan lingkungan dalam kondisi kerja lapangan yang penuh risiko.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara usia pekerja dengan tingkat stres kerja pada karyawan PT. Singlurus Pratama Site Argosari. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengelolaan sumber daya manusia, khususnya dalam upaya pencegahan dan penanganan stres kerja berdasarkan karakteristik usia karyawan.

METODE PENELITIAN

Metode pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori – teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Pendekatan total sampling.

Populasi karyawan di PT. Singlurus Pratama Site Argosari yang berjumlah 95 karyawan. Sampel Penelitian ini menggunakan metode total sampling, di mana seluruh populasi yang ada digunakan sebagai sampel. Dengan demikian, seluruh 95 orang pekerja di PT. Singlurus Pratama Site Argosari akan dijadikan sampel dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS-42), Pengumpulan data dilakukan melalui dua jenis sumber, yaitu sumber primer dan sumber sekunder. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas sumber primer dan sumber sekunder. Berdasarkan teknik pengumpulannya, data dapat diperoleh melalui beberapa metode, antara lain observasi, wawancara, kuesioner (angket), dokumentasi, atau kombinasi dari keempat teknik tersebut (Sugiyono, 2020).

Analisis data yang digunakan yaitu secara deskriptif untuk memaparkan karakteristik responden dan distribusi variabel, serta inferensial untuk menguji hubungan usia kerja dan masa kerja terhadap tingkat stres menggunakan uji Chi-Square dan regresi logistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

Deskripsi variabel penelitian ini, yaitu Usia Pekerja dan Masa Kerja dengan Stres Kerja. Responden pada penelitian ini berjumlah 95 responden. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat karakteristik responden sebagai berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pekerja

Usia Pekerja	Frekuensi	Presentase (%)
< 25 tahun	9	9.47%
≥ 25 tahun	86	90.53%
Total	95	100%

Tabel distribusi usia responden menunjukkan bahwa dari total 95 pekerja, mayoritas berada dalam kelompok usia ≥ 25 tahun, yaitu sebanyak 86 orang (90,53%). Sementara itu, hanya 9 responden (9,47%) yang berada dalam kelompok usia < 25 tahun. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pekerja tergolong dalam kategori usia dewasa produktif, yang umumnya memiliki kapasitas kerja optimal.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
< 5 tahun	8	8.42%
≥ 5 tahun	87	91.58%
Total	95	100%

Tabel distribusi masa kerja menunjukkan bahwa dari total 95 responden, sebagian besar memiliki masa kerja ≥ 5 tahun, yaitu sebanyak 87 orang (91,58%). Sementara itu, hanya 8 responden (8,42%) yang memiliki masa kerja < 5 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas pekerja memiliki pengalaman kerja yang relatif panjang, yang dapat mencerminkan tingkat kematangan profesional serta pemahaman yang lebih mendalam terhadap tugas dan tanggung jawab pekerjaan.

Tabel 3. Rekapitulasi Jumlah dan Persentase Skala Stres

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	19	20.0%
Ringan	21	22.1%
Sedang	32	33.7%
Parah	23	24.2%
Total	95	100 %

Berdasarkan hasil tabel rekapitulasi menunjukkan responden kategori normal sebanyak 19 orang (20%), responden dengan kategori stres sedang merupakan yang paling dominan yaitu sebanyak 32 orang (33,7%) dan responden yang mengalami stres parah sebanyak 23 orang (24,2%).

Analisis Infrensial

Tabel 4. Tabel Rekapitulasi Responden Berdasarkan Usia Pekerja dan Stres Kerja

Usia	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Total	P-value
	n	%	n	%	n	%	n	%		
≥25 tahun (Tua)	13	15.1%	17	19.8%	30	34.9%	26	30.2%	86	100%
< 25 tahun (Muda)	6	66.7%	2	22.2%	1	11.1%	0	0.00%	9	100%
Total	19	20.0%	19	20.0%	31	32.6%	26	27.4%	95	100%

Berdasarkan tabel di atas, hubungan antara usia kerja dan tingkat stres kerja menunjukkan bahwa dari total 86 responden yang berusia ≥25 tahun, sebanyak 13 orang (15,1%) mengalami stres dalam kategori normal, 17 orang (19,8%) dalam kategori stres ringan, 30 orang (34,9%) mengalami stres sedang, dan 26 orang (30,2%) termasuk dalam kategori stres berat. Sementara itu, dari 9 responden yang berusia <25 tahun, terdapat 6 orang (66,7%) yang mengalami stres kerja dalam kategori normal, 2 orang (22,2%) mengalami stres ringan, 1 orang (11,1%) mengalami stres sedang, dan tidak ada responden (0,0%) yang mengalami stres berat

Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia pekerja dengan stres kerja (nilai $p = 0,000 < 0,05$) dengan ini H1 diterima. Lebih lanjut, hasil regresi logistik menunjukkan bahwa pekerja dengan usia ≥ 25 tahun memiliki peluang 7 kali lebih besar untuk mengalami stres kerja berat dibandingkan dengan yang berusia < 25 tahun.

Temuan ini menunjukkan bahwa pekerja yang lebih tua lebih rentan mengalami stres berat. Hal ini sejalan dengan teori Robbins dan Judge (2012), yang menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi respon individu terhadap stres, terutama karena faktor fisiologis seperti penurunan daya tahan tubuh, ketajaman kognitif, dan kondisi kesehatan yang memburuk seiring

bertambahnya usia. Di sisi lain, beban tanggung jawab dan tekanan kerja yang lebih tinggi pada usia produktif juga dapat menjadi pemicu stres.

Selain itu, teori dari Manuaba (1998) dan Mendelson (1990) menyatakan bahwa stres merupakan bentuk ketidakmampuan individu dalam menghadapi tekanan, yang dalam konteks usia, bisa terjadi karena menurunnya adaptasi terhadap perubahan sistem kerja yang cepat, terutama di sektor pertambangan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2023) yang menyatakan adanya hubungan antara umur dengan stres kerja, di mana pekerja usia produktif (25–54 tahun) berisiko lebih tinggi mengalami stres akibat beban kerja dan tuntutan peran.

Namun, berbeda dengan hasil penelitian Hapsari et al. (2023) dan Permadi (2018) yang menyebutkan tidak terdapat hubungan signifikan antara usia dengan stres kerja, kemungkinan perbedaan ini disebabkan oleh konteks tempat kerja yang berbeda serta perbedaan budaya organisasi, beban kerja, dan sistem dukungan sosial di masing-masing perusahaan.

Tabel 5. Tabel Rekapitulasi Responden Berdasarkan Usia Pekerja dan Stres Kerja

Masa Kerja	Normal		Ringan		Sedang		Berat		Total	P-value
	n	%	n	%	n	%	n	%		
≥ 5 tahun (Lama)	13	14.9%	18	20.7%	30	34.5%	26	29.9%	87	100%
< 5 tahun (Baru)	5	62.5%	2	25.0%	1	12.5%	0	0.0%	8	100%
Total	18	18.9%	20	21.1%	31	32.6%	26	27.4%	95	100%

Berdasarkan tabel di atas bahwa hubungan antara masa kerja dengan tingkat stres kerja menunjukkan bahwa dari 87 responden yang memiliki masa kerja ≥ 5 tahun, sebanyak 13 orang (14,9%) mengalami stres kerja dalam kategori normal, 18 orang (20,7%) mengalami stres ringan, 30 orang (34,5%) mengalami stres sedang, dan 26 orang (29,9%) mengalami stres berat. Sementara itu, dari 8 responden dengan masa kerja < 5 tahun, terdapat 5 orang (62,5%) yang mengalami stres kerja normal, 2 orang (25,0%) mengalami stres ringan, 1 orang (12,5%) mengalami stres sedang, dan tidak

ada responden (0,0%) yang mengalami stres berat.

Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja ($p = 0,015$) dengan ini H2 diterima. Hasil regresi logistik menunjukkan bahwa pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun memiliki kemungkinan 3,6 kali lebih besar mengalami stres berat dibandingkan dengan mereka yang memiliki masa kerja < 5 tahun.

Temuan ini menunjukkan bahwa semakin lama masa kerja seseorang, justru kemungkinan untuk mengalami stres berat semakin tinggi. Hal ini dapat dijelaskan dalam penelitian lain ditemukan bahwa masa kerja juga memiliki hubungan terhadap kejadian stres kerja. Pekerja yang telah bekerja lebih dari 5 tahun mungkin mengalami rutinitas yang tinggi sehingga membuat pekerja mudah mengalami stres kerja.

Hal ini didukung oleh teori Tarwaka & Bakri (2016), yang menyebutkan bahwa masa kerja panjang (> 5 tahun) memiliki potensi menimbulkan tekanan psikologis akibat rutinitas kerja yang monoton dan kurangnya variasi pekerjaan atau penghargaan terhadap kinerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Akbar et al. (2024) dan Bahri & Nurmalasary (2022) yang menyatakan bahwa masa kerja berhubungan signifikan dengan stres kerja, di mana semakin panjang masa kerja, semakin tinggi kemungkinan mengalami tekanan psikologis.

Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian Hapsari et al. (2023) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara masa kerja dengan stres kerja. Perbedaan ini kemungkinan besar disebabkan oleh konteks tempat kerja yang berbeda, serta perbedaan dalam pendekatan manajemen sumber daya manusia dan lingkungan kerja.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Logistik

Variable	B	S.E.	Wald	df	Sig. (p)	Exp(B)
Usia Kerja	1.952	0.720	7.345	1	0.007	7.045
Masa Kerja	1.276	0.638	3.990	1	0.046	3.581
Constant	-2.389	0.845	7.999	1	0.05	0.092

Hasil regresi logistik menunjukkan bahwa usia dan masa kerja secara simultan

memiliki pengaruh signifikan terhadap stres kerja, dengan ini H3 diterima. Usia ≥ 25 tahun dan masa kerja ≥ 5 tahun berkontribusi secara bersamaan dalam meningkatkan risiko stres kerja berat.

Hal ini menunjukkan bahwa kedua faktor intrinsik ini usia dan masa kerja tidak dapat dipisahkan dalam mempengaruhi stres kerja. Dalam kerangka teori Tarwaka & Bakri (2016), usia dan masa kerja termasuk dalam faktor individu dan pengalaman kerja yang sangat menentukan respon psikologis terhadap tekanan kerja.

Pendekatan ini juga konsisten dengan teori stres kerja menurut Robbins & Judge (2012), yang menyatakan bahwa stres dapat muncul dari faktor lingkungan kerja (misalnya beban kerja), organisasi (misalnya tekanan peran), dan individu (misalnya usia, pengalaman, kepribadian). Dalam hal ini, pekerja yang lebih tua dengan masa kerja yang panjang mungkin mengalami gabungan stres akibat beban kerja, kejenuhan, dan tuntutan tanggung jawab.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Mengenai Hubungan Antara Usia Pekerja Dan Masa Kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan PT. Singlurus Pratama Site Argosari, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Mayoritas karyawan PT. Singlurus Pratama Site Argosari berada pada kelompok usia ≥ 25 tahun, yaitu sebanyak 90,53% (86 karyawan) dari total responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar karyawan berada dalam kategori usia dewasa produktif.
2. Sebagian besar karyawan memiliki masa kerja ≥ 5 tahun, yaitu sebanyak 91,58% (87 karyawan) dari total responden. Ini menandakan bahwa mayoritas pekerja memiliki pengalaman kerja yang cukup lama di perusahaan.
3. Sebagian besar karyawan memiliki masa kerja ≥ 5 tahun, yaitu sebanyak 91,58% (87 karyawan) dari total responden. Ini menandakan bahwa mayoritas pekerja memiliki pengalaman kerja yang cukup lama di perusahaan.

4. Terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan tingkat stres kerja (nilai $p = 0.000$). Pekerja berusia ≥ 25 tahun cenderung mengalami stres kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang berusia < 25 tahun.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan tingkat stres kerja (nilai $p = 0,00$). Pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun lebih rentan mengalami stres kerja sedang hingga berat dibandingkan yang masa kerjanya < 5 tahun.
6. Secara simultan, usia dan masa kerja memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres kerja. Secara simultan, usia dan masa kerja memiliki hubungan signifikan terhadap tingkat stres kerja ($p < 0.05$ pada kedua variabel dalam regresi logistik).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., Malik Darmin Asri, A., Kaseger, H., Novitasari, D., & Afdelisa Aryanto, A. (2024). Hubungan Umur, Masa Kerja dan Tuntutan Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan PDAM di Kabupaten X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.56338/promotif.v14i1.5518>
- Allu, D. N. K., Fahrurazi, & Handayani, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2020. *Kesmas*, 3(2), 220–229.
- 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.
- Bahri, S., & Nurmalasary, O. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Pt. Jaya Semanggi Enjiniring Di Proyek Pembangunan Gedung RSUD Bogor Utara Tahun 2021. *Journal of Health*

- Research Science*, 2(02), 57–66.
<https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i02.5>
- Bungawati, A., & Taqwin, T. (2022). The Relationship between Gender, Education Level, and Age on Work Stress Public High School Teachers in Indonesia. *Gaceta Medica de Caracas*, 130(Supl 1), S191–S197.
<https://doi.org/10.47307/GMC.2022.130.S1.33>
- Fatin, H. K., Handayani, R., Irfandi, A., Handayani, P., Masyarakat, K., Kesehatan, F. I., Unggul, U. E., Jalan, A., Utara, A., Kepa, D., Jeruk, K. K., Barat, K. J., & Jakarta, D. K. I. (2023). *Hubungan Antara Masa Kerja dan Kelelahan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Konstruksi*. 1(4).
- Giovanny Permata Putri, S. W. (2018). Jurnal psikologi. *Jurnal Psikologi*, 40(2), 169–180.
<https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6975/9440>
- Habibah, S. et al (2021). *Hubungan Masa Kerja, Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Stres Kerja Pegawai Di Puskesmas Martapura 1 Kabupaten Banjar Tahun 2021*.
- Hamdiyah, R., Widjajati, N., & Kartika, A. P. (2023a). Relationship Between Age, Education, Mental Workload, Semester Credit Unit, and Work Hours with Work Stress of Female Lecturers at Universitas Airlangga. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 228–234.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.228-234>
- Hamdiyah, R., Widjajati, N., & Kartika, A. P. (2023b). Relationship Between Age, Education, Mental Workload, Semester Credit Unit, and Work Hours with Work Stress of Female Lecturers at Universitas Airlangga. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 228–234.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.228-234>
- Hapsari, K. V., Lestantyo, D., & Ekawati. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental, Usia, dan Masa Kerja dengan Stres kerja pada Pegawai Kantor Bea Cukai Surakarta. *JKM: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 385–398.
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- 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.
- Indah, J., & Junaidi, J. (2020). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting Dari Citra Wajah Dengan Deteksi Tepi Canny. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 129.
<https://doi.org/10.30867/gikes.v2i2.311>
- Judge, R. &. (2012). *Organizational Behavior*
- Lestari, A., & Fachrian, A. (2022). JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi Correlation Between Workload And Work Stress On Employees In Corporate Center Class I Medan. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psjikologi*, 1(2), 81–89.
- Marsidi, S. R. (2021). *Identification of Stress, Anxiety, and Depression Levels of Students in Preparation for the Exit Exam Competency Test*. *Journal of Vocational Health Studies*, 5(2), 87.
- 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.
- Permadi, S. H. E. (2018). Gambaran Stres Kerja Pada Pekerja Operator Dumptruck Pt. X Kota Tarakan Kalimantan Utara. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 1(1), 1–10.
<https://doi.org/10.51602/cmhp.v1i1.12>
- Pratama, M. R., & Susilowati, I. H. (2024). Analisis Faktor Psikososial Terhadap Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Perusahaan Jasa Pertambangan di PT X Tahun 2024. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(6), 1474–1487.

- <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i6.5219>
- Rachmawati, I. A. K. (2021). Manajemen Konflik Dan Stres Kerja. In *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*.
- Safitri, H. U. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 174. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4897>
- Sali, H. N. A. (2020). Pengaruh Usia dan Masa Kerja Terhadap Produktivitas Kerja karyawan pada PT.Maruki Internasional Indonesia. *Repository Politeknik ATI Makasar*, 1(2), 68.
- Sari, R., Masriadi, & Sitti Patimah. (2023). Hubungan Umurdengan Stres Kerja Pada Pedagang Newmakassar Mallkota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(2), 208–216.
- Simbolon, R. R., Harramain, F. P., Rizaldi, M., Sonjaya, P., Niaga, J. A., & Bandung, P. N. (2024). *Pentingnya Penerapan Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Sebagai Faktor Penentu Optimalisasi Produktivitas Kerja Occupational Safety And Health (OSH) Implementation As A Determinant Of Work Productivity Optimization terjadinya sebuah kecelakaan tingg.* 3, 17–31.
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Tarwaka, & Bakri, S. H. A. (2016). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. <http://shadibakri.uniba.ac.id/wp-content/uploads/2016/03/Buku-Ergonomi.pdf>
- 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.
- Ummah, M. S. (2019). Stres Kerja. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_System_Pembetungan_Terpusat_Strategi_Melestari