



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 1 Tahun 2025 Page 5185-5195

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Dampak Stres Kerja Terhadap Kesehatan Karyawan Pada Bagian Logistik Rumah Sakit Borromeus

Yuro Darmawan<sup>1✉</sup>, Leonardo Candra Kurniawan<sup>2</sup>, Syauqi Dzulfiqar Swastomo<sup>3</sup>, Riki Ridwan  
Margana<sup>4</sup>

Universitas Widyatama

Email: [yuro.darmawan@widyatama.ac.id](mailto:yuro.darmawan@widyatama.ac.id)<sup>✉</sup>

### Abstrak

Pelayanan kesehatan hingga saat ini masih menjadi hal yang tidak dapat digantikan dan tidak dapat diabaikan keberadaannya serta manfaatnya untuk pemenuhan masyarakat. Kesehatan karyawan rumah sakit merupakan salah satu hal krusial untuk menjaga kualitas layanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data melalui studi pustaka. Kondisi stres kerja yang mempengaruhi kesehatan karyawan akan berdampak pada kinerja yang dihasilkan oleh karyawan tersebut pada lingkungan kerjanya. Dampak yang dihasilkan oleh kondisi kesehatan karyawan akan berdampak positif dan negatif. Berdasarkan hasil kajian atau artikel jurnal, stres kerja memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan karyawan, baik secara fisik, mental dan perilaku. Hal tersebut pada akhirnya mempengaruhi produktivitas dan kualitas kerja. Di bagian logistik rumah sakit tekanan tinggi seperti beban kerja yang besar, kekurangan jumlah karyawan sehingga menambah jobdesk dari yang seharusnya, tuntutan waktu dan kurangnya dukungan sosial sering kali menjadi penyebab utama stres.

Kata Kunci: *Stres Kerja, Dampak Stres Kerja, Kesehatan Karyawan, Logistik Rumah Sakit*

## Abstract

Health services were still irreplaceable and could not be ignored due to their benefits for the fulfillment of society. The health of hospital employees was one of the crucial factors in maintaining the quality of health services provided to patients. This study used a data collection method through literature studies. Work stress conditions that affected employee health had an impact on the performance produced by the employees in their work environment. The impacts caused by employee health conditions had both positive and negative effects. Based on the results of studies or journal articles, work stress had a significant impact on employee health, both physically, mentally, and behaviorally. This ultimately affected productivity and work quality. In the logistics section of the hospital, high pressure such as a large workload, a shortage of employees, increased job responsibilities, time demands, and lack of social support were often the main causes of stress.

*Keywords: Work Stress, Impact of Work Stress, Employee Health, Hospital Logistics*

## PENDAHULUAN

Pelayanan kesehatan hingga saat ini masih menjadi hal yang tidak dapat digantikan dan tidak dapat diabaikan keberadaannya serta manfaatnya untuk pemenuhan masyarakat. Kesehatan karyawan rumah sakit merupakan salah satu hal krusial untuk menjaga kualitas layanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Adanya peningkatan pasien pada rumah sakit tentu mempengaruhi stres kerja terhadap karyawan rumah sakit. Stres kerja merupakan suatu kondisi ketegangan yang dapat menciptakan eksistensi ketidakseimbangan fisik dan psikologis sehingga dapat mempengaruhi emosi, proses berpikir dalam kondisi seorang karyawan. Pada hal ini tekanan dipengaruhi oleh lingkungan kerja tempat karyawan bekerja (Tri Watrono, 2017 dalam Pasaribu et al. 2).

Stres kerja merupakan suatu keadaan ketegangan yang terjadi ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi tuntutan dan tekanan pekerjaan yang dihadapinya. Stres akibat pekerjaan dapat mempengaruhi emosi, proses berpikir, keadaan fisik dan psikologis seseorang. Stres kerja sering kali menjadi bagian tak terpisahkan dari dunia kerja. Tekanan untuk mencapai tujuan, tenggat waktu yang ketat, konflik antarpribadi, dan perubahan yang terus-menerus dapat menjadi pemicu stres bagi karyawan. Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental, produktivitas, serta hubungan dengan rekan kerja. Oleh karena itu, penting bagi setiap orang untuk memiliki teknik dan strategi yang efektif dalam menghadapi stres kerja.

Dalam lingkup rumah sakit, stres kerja kerap disebabkan oleh beban kerja yang cukup tinggi, ketidakpastian tugas, dan tekanan waktu yang ketat dalam mengelola barang yang vital, salah satunya pada bagian logistik. Bagian logistik merupakan salah

satu divisi yang penting dalam keberlangsungan berjalannya rumah sakit dalam penanganan pasien di rumah sakit. Rumah Sakit Borromeus merupakan salah satu rumah sakit terbesar di Bandung dengan memiliki divisi logistik yang memegang tanggung jawab atas pengelolaan bahan medis dan non-medis. Pada artikel ini membahas hubungan stres kerja dengan kesehatan kerja karyawan logistik di Rumah Sakit Borromeus.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data melalui studi pustaka. Studi literatur ini dilaksanakan dengan mencari data jurnal nasional yang sudah dipublikasikan, khususnya yang berkaitan dengan dampak stres kerja terhadap kesehatan karyawan, terutama dalam konteks bagian logistik di rumah sakit. Proses pengumpulan data dimulai dengan mengakses database untuk mencari referensi yang relevan.

Langkah pertama dalam studi pustaka ini yaitu menentukan kata kunci yang sesuai dengan topik yang akan dibahas, yaitu dampak stres kerja terhadap kesehatan karyawan di bagian logistik rumah sakit. Beberapa kata kunci yang digunakan diantaranya "stres kerja", "dampak stres kerja", "kesehatan karyawan", dan "logistik rumah sakit".

Pencarian literatur sudah dilakukan, langkah selanjutnya yaitu menyaring hasil yang diperoleh berdasarkan kriteria yang relevan dengan topik penelitian. Penyaringan dilakukan berdasarkan judul, abstrak, dan isi artikel. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel atau jurnal yang membahas tentang stres kerja, dampaknya terhadap kesehatan, serta hubungannya dengan bagian logistik rumah sakit, artikel yang tidak sesuai atau tidak memenuhi kriteria inklusi akan dikeluarkan dari daftar.

Proses penyaringan selesai dilakukan, artikel yang lolos seleksi dianalisis lebih lanjut. Analisis dilakukan dengan membaca artikel secara mendalam agar mendapat informasi yang dibutuhkan seperti metode penelitian yang digunakan, karakteristik sampel, hasil penelitian, dan juga kesimpulan yang terkait dengan topik (Aritonang and Susilawati, 2023).

Tahap berikutnya yaitu perngorganisasian dan sintetis temuan-temuan dari berbagai artikel yang telah di analisis. Proses ini memiliki tujuan dalam mengidentifikasi tema-tema umum, pola yang muncul, serta celah dalam literatur yang ada. Temuan yang telah disintesis digunakan untuk menarik kesimpulan yang lebih luas mengenai dampak stres kerja terhadap kesehatan karyawan, serta beberapa cara yang dapat diterapkan untuk dapat mengelola stres di lingkungan kerja rumah sakit, khususnya rumah sakit Borromeus di bagian logistik. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman menyeluruh

tentang stres kerja, mengidentifikasi pengaruhnya terhadap karyawan di bagian logistik rumah sakit dan merumuskan cara-cara efektif untuk mengatasinya.

Penelitian ini menggunakan metode Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Menurut Sarmanu (2017), penelitian kuantitatif adalah metode yang diterapkan untuk menguji validitas suatu teori, yaitu untuk membuktikan apakah teori tersebut benar atau salah. Sementara itu, Creswell (1994) menjelaskan bahwa pendekatan kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel-variabel tertentu dengan menggunakan instrumen penelitian yang menghasilkan data numerik, yang kemudian dianalisis menggunakan prosedur statistik. Berdasarkan tujuan penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan hubungan kausal (sebab-akibat). Hubungan kausal menunjukkan adanya perubahan pada variabel independen (x) dan variabel dependen (y), meskipun perubahan tersebut tidak terjadi secara bersamaan (Silalahi, 2018). Analisis hubungan kausal ini berkaitan dengan studi mengenai bagaimana satu atau lebih variabel independen dapat memengaruhi variabel dependen. Selain itu, analisis ini juga menggambarkan kekuatan pengaruh yang ada. Dalam penelitian ini, stres kerja berfungsi sebagai variabel independen (x) yang mempengaruhi kesehatan karyawan sebagai variabel dependen (y).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi literatur yang dibahas pada artikel ini berfokus mengenai hubungan stres kerja dengan kesehatan karyawan pada pekerja di bagian logistik rumah sakit. Setiap karyawan pasti pernah mengalami stres kerja pada tempat bekerjanya, salah satunya dalam lingkup kesehatan. Dari jurnal dan artikel yang diperoleh mendapatkan hasil bahwa dampak stres kerja memiliki dampak positif dan negatif terhadap kesehatan karyawan. Kondisi stres kerja yang mempengaruhi kesehatan karyawan akan berdampak pada kinerja yang dihasilkan oleh karyawan tersebut pada lingkungan kerjanya. Dampak yang dihasilkan oleh kondisi kesehatan karyawan akan berdampak positif dan negatif.

Dampak positif yang akan dihasilkan oleh kesehatan karyawan yaitu meningkatnya produktivitas yang diberikan melalui bentuk kontribusi langsung terhadap pekerjaan sehingga karyawan menjadi lebih fokus tanpa distraksi. Kemudian dampak positif dari kesehatan karyawan seperti menurunkan tingkat stres serta kecemasan. Selain itu, dampak positif dari kesehatan karyawan adanya dorongan inovasi dalam keselamatan dan kesehatan kerja yang menghasilkan pekerjaan mereka menjadi lebih aman dan efisien (Fauzi, 2024).

Dampak negatif yang akan dihasilkan oleh kesehatan karyawan adanya penurunan efisiensi dan produktivitas. Ketika karyawan merasa lelah, kemampuan mereka untuk fokus pada pekerjaan akan berkurang termasuk dalam menyelesaikan pekerjaannya. Selain itu dampak negatif lainnya akan berpengaruh terhadap konsentrasi dan reaksi karyawan dengan mengalami kesulitan fokus terhadap pekerjaan yang membutuhkan perhatian detail. Kondisi ini akan memungkinkan adanya kekeliruan dalam proses pengambilan keputusan. Selain itu, ada pula dampak negatif lainnya seperti penurunan motivasi, kepuasan kerja, dan tingkat absensi (Pasaribu et al., 2024). Selain itu, pada penelitian ini menghadirkan survei mengenai dampak stress kerja terhadap kesehatan karyawan melalui *google form* sebanyak 30 karyawan.

Tabel 1. Data karyawan logistik Rumah Sakit Borromeus

Nama	Jenis kelamin	Umur	Stres					Kesehatan					Nilai Stres	Nilai Kesehatan
Sri Redjeki	Perempuan	41	3	4	4	4	5	4	4	2	2	5	20	17
Sri Mulyati	Perempuan	39	3	2	3	3	4	4	4	3	3	5	15	19
Sansan	Laki-laki	30	4	4	3	4	4	2	2	2	1	5	19	12
Wagito	Laki-laki	43	2	2	4	2	3	4	3	2	1	5	13	15
Sumini	Perempuan	44	3	3	5	5	4	4	4	2	3	4	20	17
Mutiyah	Perempuan	31	2	3	3	4	4	4	4	4	5	5	16	22
Yusup	Laki-laki	30	3	4	2	3	3	3	2	2	1	4	15	12
Leonardo Candra	Laki-laki	25	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	16	17
Eet Rochaeti	Laki-laki	45	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	18	16
yogi	Laki-laki	38	2	3	4	5	5	4	4	4	1	4	19	17
Joan	Laki-laki	26	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	16	17
Syahdan	Laki-laki	28	5	5	1	1	5	1	1	2	2	3	17	9
Nining	Perempuan	36	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	17	17
Supriyanto	Laki-laki	36	3	2	4	3	3	4	4	4	2	4	15	18
maximilianus	Laki-laki	28	2	2	5	4	4	4	5	4	3	5	17	21

Sumber: olahan peneliti, 2024

Tabel 2. Data karyawan logistik Rumah Sakit Borromeus (Lanjutan)

Nama	Jenis kelamin	Umur	Stres					Kesehatan					Nilai Stres	Nilai Kesehatan
Maeny	Perempuan	51	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	17	16
Saipul	Laki-laki	42	4	3	3	4	5	3	3	2	1	3	19	12
Anton	Laki-laki	53	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	16	16

Ram ram	Laki-laki	49	3	4	4	4	5	3	4	2	2	5	20	16
Harsono	Laki-laki	47	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	16	17
Lia	Perempuan	54	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	15	17
Heri	Laki-laki	37	2	4	3	1	5	2	2	1	2	4	15	11
Subagyo	Laki-laki	50	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	16	16
Bobby	Laki-laki	28	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	16	16
Indra	Laki-laki	34	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	15	17
Karyati	Perempuan	29	5	5	3	2	5	4	2	2	4	5	20	17
Sukandar	Laki-laki	45	3	2	4	3	3	3	2	3	2	4	15	14
Sudibyoy	Perempuan	38	3	2	4	1	3	3	3	4	1	3	13	14
Ari	Laki-laki	26	5	5	4	2	5	1	3	2	1	5	21	12
Fitri	Perempuan	30	3	4	3	4	5	3	4	4	5	5	19	21
			Total										506	478

Sumber: olahan peneliti, 2024

Melalui survei *online*, dapat dilihat bahwa total skor nilai stress kerja berada pada angka 506 kemudian total skor nilai kesehatan berada pada angka 497. Hal ini menunjukkan stress kerja memiliki dampak yang kurang bagus terhadap kesehatan karyawan. Karena karyawan menilai bahwa ada kalanya pekerjaan yang diberikan tidak sesuai dengan kapasitas tiap individunya. Dari survei yang telah dilakukan dalam penelitian ini, mayoritas karyawan merasakan adanya beban kerja yang cukup tinggi. Selain itu tiap karyawan mengalami stres kerja akibat adanya tuntutan yang diabrengi dengan waktu yang ketat. Setelah kami mendapatkan data seperti yang ditunjukkan pada Tabel 2, selanjutnya kami menganalisis hubungan antara stres dengan kesehatan menggunakan metode korelasi *Pearson*

Tabel 3. R hitung antara stres kerja dan kesehatan

R Hitung		
	Stres	Kesehatan
Stres	1	
Kesehatan	-0,001432338	1

Sumber: olahan peneliti, 2024

Rumus dan perhitungan menggunakan korelasi *Pearson* adalah sebagai berikut:

$$r = \frac{N \sum(X \cdot Y) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2] \cdot [N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}} \quad (1)$$

$$r = \frac{30(8014) - (506)(478)}{\sqrt{[30(8888) - (506)^2] \cdot [30(7982) - (478)^2]}}$$

$$r = \frac{-848}{10792.2} \approx -0.0014$$

Tabel 4. Nilai korelasi dan hubungan

Nilai Kolerasi	Hubungan
0,00-0,199	Sangat Lemah
0,20-0,399	Lemah
0,40-0,599	Sedang/cukup
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,00	Sangat Kuat

Sumber: olahan peneliti, 2024

Nilai korelasi (R Hitung) menunjukkan hasil sebesar -0,0014 yang berada rentang 0,00-0,199, sesuai dengan kriteria hubungan sangat lemah.

Tabel 5. Kriteria pengujian

R Tabel	
N	30
$\alpha$	5%
0,361	

Sumber: olahan peneliti, 2024

Nilai R Tabel didapatkan sebesar 0,361 pada tingkat signifikansi 5%.

Tabel 6. Kriteria pengujian

Kriteria Pengujian	
R Hitung > R Tabel	Ada Hubungan
R Hitung < R Tabel	Tidak Ada hubungan

Sumber: olahan peneliti, 2024

Hasil yang didapatkan untuk kriteria pengujian yaitu R Hitung (0,0014) < R Tabel (0,361) ini berarti stres kerja tidak ada hubungan dengan kesehatan karyawan. Tingkat stres yang tinggi pada beberapa karyawan itu tidak menyehatkan, dan upaya untuk mengurangi stres harus menjadi prioritas manajemen untuk menjaga kesehatan karyawan secara optimal. Analisis mengenai kesehatan karyawan mengungkapkan bahwa tiap individu karyawan mengalami kurangnya waktu untuk merelaksasi diri. Hal ini dikarenakan

jam kerja cukup memakan waktu banyak tiap karyawan yang mengakibatkan tiap individunya kurang memiliki kesempatan untuk rehat dari pekerjaannya. Masalah ini sebagian besar dipengaruhi oleh tingginya tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan namun jumlah waktu yang terkadang terbatas dan kurangnya waktu untuk beristirahat setelah bekerja. Namun meskipun dari data yang telah peneliti dapatkan menunjukkan dampak stres kerja mempunyai pengaruh kurang baik terhadap kesehatan karyawan, ada juga indikasi bahwa faktor lingkungan kerja dan keluarga maupun dukungan sosial dapat membantu mengurangi dampak negatif yang ada. Setiap karyawan yang merasa didukung oleh rekan kerja maupun orang terdekat salah satunya keluarga, menilai bahwa stres yang dialami lebih rendah dan lebih jarang mengalami masalah dalam kesehatan yang cukup serius. Maka dari itu, dari hasil pengolahan data mengenai dampak stres kerja terhadap kesehatan karyawan memberikan gambaran pentingnya memberikan pemerataan pekerjaan sesuai kapasitas tiap karyawan dibarengi dukungan dari sosial yang cukup mempengaruhi penurunan stres kerja terhadap karyawan.

#### Strategi Manajemen Stres Kerja

Pengelolaan stres yang baik akan berdampak positif terhadap karyawan. Pengelolaan stres ini bergantung bagaimana perusahaan tersebut dapat menangani stres yang dialami oleh karyawan khususnya bagian logistik di rumah sakit. Setiap adanya program stres kerja sebelumnya mengetahui ada tidaknya stres dan penyebab adanya stres tersebut, sehingga manajemen bisa menentukan pengelolaan stres kerja apa yang cukup efektif. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan karyawan logistik rumah sakit mengalami stres akibat kerja yaitu jumlah karyawan yang kurang mengakibatkan jobdesk menjadi lebih banyak dari yang seharusnya dan kemampuan yang tidak sebanding dengan tuntutan pekerjaannya. Pengelolaan stress di perusahaan terdapat 2 pendekatan menurut Robbins dan Judge (2011:377-381) yaitu pendekatan individual dan pendekatan organisasional.

#### Pendekatan Individual

Pendekatan individual ini pada setiap karyawan mempunyai tanggung jawab untuk mengurangi stres. Strategi individual yang telah memiliki bukti efektif meliputi penerapan manajemen waktu, adanya rutinitas waktu olahraga, melakukan relaksasi, dan memperluas dukungan sosial (Inggrid, 2023). Selain itu, hal yang sama dibahas dalam (Resiana et.al., 2020) pada penelitiannya menyatakan pengelolaan stres dapat diwujudkan oleh tiap individu maupun setiap karyawan dengan melakukan adanya manajemen waktu,

menambahkan latihan yang melibatkan fisik seperti berolahraga, meditasi, dan memperluas jaringan dukungan dari sosial. Kemudian karyawan pada kesehariannya menjalankan pekerjaan dengan merencanakan tugas yang lebih terstruktur seperti mengatur waktu bekerja agar menjadi lebih efektif dan maksimal sehingga tak perlu lembur hingga larut malam. Hal ini akan menghasilkan karyawan lebih mempunyai banyak waktu untuk tiap individunya bahkan keluarganya, mempunyai waktu istirahat yang cukup, dan mempunyai waktu untuk berolahraga agar fisiknya tetap bugar dan terjaga (Aritonang and Susilawati, 2023).

#### Pendekatan Organisasional

Manajemen dalam pengendalian stres yang disebabkan oleh tuntutan tugas khususnya di tempat kerja dengan cara pendekatan bagian yang efektif. Berbagai cara dan salah satu cara adalah dengan melakukan seleksi dan penempatan karyawan dengan tepat, salah satunya adalah karyawan dengan pengalaman kerja yang minim dan rentan terhadap stres. Dengan adanya pelatihan yang dilakukan terhadap karyawan, akan dapat meningkatkan rasa percaya diri, dan dapat mengurangi tingkat stres. Melakukan penataan ulang sistem pekerjaan, memberi karyawan tanggung jawab yang lebih besar akan membuat karyawan mengurangi ketergantungan terhadap karyawan lain. Keterlibatan karyawan lain dalam hal pengambilan keputusan akan sangat dapat membantu mengurangi stres, menjalin komunikasi yang baik juga akan meningkatkan kekompakan tim dan tingkat stres akan menurun. Memberikan cuti juga dapat mengurangi resiko stres, karyawan dapat mengisi waktu luang dengan meningkatkan energi untuk kembali bekerja. Implementasi hal hal tersebut kepada karyawan akan dapat membantu mengurangi stres serta meningkatkan kesejahteraan di ruang lingkup karyawan (Susilawati, 2023 dalam Analisis Manajemen Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan et.al., 151). Pemberian penghargaan juga dapat dilakukan setidaknya 5 tahun sekali, yang mana hal ini akan meningkatkan rasa bahagia karyawan.

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian atau artikel jurnal stres kerja memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan karyawan, baik secara fisik, mental dan perilaku. Hal tersebut pada akhirnya mempengaruhi produktivitas dan kualitas kerja. Di bagian logistik rumah sakit tekanan tinggi seperti beban kerja yang besar, kekurangan jumlah karyawan sehingga menambah jobdesk dari yang seharusnya, tuntutan waktu dan

kurangnya dukungan sosial sering kali menjadi penyebab utama stres. Apabila penyebab stres ini tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan penurunan kesehatan, seperti gangguan fisik, kelelahan mental, bahkan bisa berisiko meningkatkan tingkat absensi.

Pendekatan yang diterapkan yaitu pendekatan individual dan organisasional dalam manajemen stres sangat penting. Pendekatan individual mencakup kegiatan seperti berolahraga, meditasi, dan memperluas jaringan dukungan dari sosial. Kegiatan tersebut dapat membantu karyawan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kemampuannya dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Disisi lain, pendekatan organisasional diantaranya memberikan cuti kepada karyawan, pengaturan jam kerja yang tepat waktu, menyediakan pelatihan keterampilan untuk karyawan baru, selain itu menyediakan fasilitas olah raga, mengevaluasi beban kerja, dan pemberian penghargaan kepada karyawan yang berprestasi. Dengan menggunakan kedua metode ini tidak hanya meningkatkan kesehatan karyawan tetapi juga dapat mengoptimalkan kinerja organisasi secara keseluruhan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Aritonang, Alifia Octaviani, and Susilawati. "Analisis Program Manajemen Stres Kerja Untuk Meningkatkan Kinerja di Perusahaan, Sekolah, Universitas dan Rumah Sakit." vol. Volume 1 Nomor 1 Tahun 2023, 2023.

Batu Bara, Inggrid Mentari, and Susilawati. "ANALISIS MANAJEMEN STRESS KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN." vol. Vol. 3 No. 1, 2023, pp. 146-155, e-ISSN: 2808-5396. Accessed 2024.

Batu Bara, Inggrid mentari, and Susilawati. "Strategi Peningkatan Kinerja Pegawai Di Rumah Sakit." Zahra: Journal of Health and medical research, vol. 3, 2023, pp. 146-155. Accessed 12 2024.

Fauzi, Asnil. "Dampak Positif Pemahaman K3 terhadap Kualitas Hidup Pekerja dan Lingkungan Kerja." 16 1 2024, <https://www.asnor.co.id/dampak-positif-pemahaman-k3-terhadap-kualitas-hidup-pekerja-dan-lingkungan-kerja/>. Accessed 26 12 2024.

Harahap, Nurma Aini, and Susilawati. "MANAJEMEN STRESS KERJA PADA KARYAWAN PERUSAHAAN." vol. Vol. 3 No. 2 April 2023, 2023, pp. 266-272, e-ISSN: 2808-5396. Accessed 2024.

Mitraberdaya. "Dampak Kelelahan dan Kesehatan Karyawan bagi Industri

Pertambangan." Mitra Berdaya Optima, 6 9 2024, <https://mitraberdaya.id/id/news-information/dampak-kelelahan-dan-kesehatan-karyawan-bagi-industri-pertambangan>. Accessed 26 12 2024.

Pasaribu, Syahril Budiman, et al. "DAMPAK STRESS KERJA DAN CARA MENGATASINYA TERHADAP KINERJA KARYAWAN." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, vol. 7, 2024, p. 2, <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/30176/20388>. Accessed Rabu 12 2024.

Pohan, Arja Adi Jaya, and Susilawati. "Strategi Peningkatan Kinerja Pegawai Di Rumah Sakit." *Jurnal Ventilator: Jurnal riset ilmu kesehatan dan keperawatan*, 2023. Accessed 12 2024.

Susilawati. "Analisis Manajemen Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan." *Journal Of Health And Medical Research*, vol. 3, 2023, p. 153.