

Original Article

## Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja dan Shift Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023

Fathir Brahmastha Arya Putra<sup>1</sup>, Mohamad Yaser<sup>2,3</sup>, Fajar Saputra<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Indonesia Maju

Jl. Harapan No.50, Lenteng Agung, Kec. Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan, DKI Jakarta

Email: [fathirbrahmasta@gmail.com](mailto:fathirbrahmasta@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRACT

Editor: AN

Diterima: 03/10/2023

Direview: 23/07/2024

Publish: 27/07/2024

Hak Cipta:

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional.

**Introduction:** Work stress is pressure experienced by everyone in living their work life, stress itself has two meanings namely positive and negative depending on how a person can deal with stress, in a positive view psychologically it will foster motivation and morale while in a negative sense it can reduce the level of employee performance.

**Objectives:** The purpose of this study is to determine the relationship between workload, work environment and work shifts on employee work stress at PT. United Young Generation Simpenan District, Sukabumi Regency in 2023.

**Method:** This research uses a quantitative research type with a cross-sectional design totaling 113 respondents to employees who work at PT. United Young Generation (GMB). The sampling technique is Random Sampling. The data used are primary data through questionnaires and observations and secondary data derived from books and literature. Data analysis was performed univariately and bivariately with the Chi-Square Test.

**Results:** The research results show a relationship between work shifts ( $p$ -value = 0.000), and workload ( $p$ -value = 0.000). Work environment ( $p$ -value 0.496) with work stress.

**Conclusion:** There is a relationship between work shifts, workload and work stress. However, there is no relationship between the work environment and work stress.

**Keywords:** work environment, workload, work shift, work stress

### Pendahuluan

Pertambangan mempunyai peran utama sebagai pembangun perniagaan di beberapa negara. Dampak positif terhadap sektor pertambangan terlihat dari penyediaan lapangan kerja dan penyaluran keterampilan bagi lebih dari 2 juta pekerja, namun terdapat juga isu kontroversial seperti permasalahan ekonomi, kelestarian ekologi dan keadilan sosial, terutama terkait kesejahteraan pekerja, terhadap keamanan kerja dan kesehatan.<sup>1</sup> Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, terdapat kurang lebih 450 juta jiwa di dunia yang mengalami masalah kesehatan mental serta perilaku.<sup>2</sup> Di Indonesia, sekitar 20 persen responden mengalami gangguan stres di tempat kerja. Persentase ini bisa dikatakan paling rendah dibandingkan negara-negara Asia Tenggara lainnya.<sup>3</sup>

**Tabel 1.** Data Angka Kejadian Stres Di Indonesia

| NO | Tahun     | Negara    | Jumlah Kasus |
|----|-----------|-----------|--------------|
| 1. | 2017/2018 | Indonesia | 595.000      |
| 2. | 2018/2019 | Indonesia | 602.000      |

Sumber: Parlinda et al (2020)<sup>4</sup>

Data terbaru *Labour Force Survey* (LSC) baru-baru ini yang diterbitkan oleh *Health Safety Executive* (HSE) menunjukkan bahwa terdapat 602.000 kasus stres, depresi, atau kecemasan terkait pekerjaan pada tahun 2018/2019. Jumlah tersebut menjadi naik dibandingkan tahun 2017/2018, yaitu terdapat 595.000 kasus stres kerja, depresi dan kecemasan.<sup>4</sup> Berdasarkan Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, persentase penduduk Indonesia berusia di atas 15 tahun yang mengalami gangguan jiwa atau gangguan stres meningkat sejak tahun 2013, hanya sebesar 6%, naik 9,8%. Data baseline survei kesehatan DKI Jakarta (Riskesdas) meningkat dari 8% pada tahun 2013 menjadi 10% pada tahun 2018. Persentase ini lebih tinggi dibandingkan indeks nasional Indonesia.<sup>5</sup> Analisis yang saya teliti di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Bersatu Kecamatan Simpenanan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. Terdapat 8 departemen yang memiliki tingkat stres kerja yang tinggi yaitu Departemen Logistik, Asset dan *Maintenance*, Survey dan Sipil, HSE, Elektrik, *Engineering*, HRD, Produksi. 3 tertinggi stress kerja yaitu departemen logistic, produksi dan elektrik.

Penelitian ini konsisten dengan penelitian Novan et al (2022) di PT. XYZ sebagai permasalahan menurunnya produktivitas staf akuntansi dan IT karena salah satu staf keluar dari perusahaan sehingga merangkap kerja, perusahaan tidak menambah staf tetapi menambah tugas pada staf yang ada. Meningkatkan kinerja karyawan dengan meningkatkan kesadaran akan etika kerja. Stres bisa terjadi pada setiap orang dan bisa terjadi kapan saja, karena merupakan bagian dari kehidupan manusia. Seseorang mengalami stress karena seseorang tidak dapat menyesuaikan diri antara keinginannya dengan kenyataan yang ada, kenyataan dari dalam dan luar.<sup>6</sup> Menurut King (Indri Monika Br Nababan, 2021)Stres kerja yaitu situasi stres yang menyebabkan ketidakseimbangan antara kesejahteraan fisik dan psikologis, sehingga dapat mempengaruhi emosi, proses berpikir dan keadaan pekerja itu sendiri. Stres kerja merupakan suatu keadaan stres yang berkaitan dengan pekerjaan. Saat ini, stres akibat pekerjaan merupakan masalah global yang mempengaruhi setiap profesi dan pekerja di negara maju dan berkembang.<sup>7</sup>

Kondisi yang bisa menimbulkan stress di lingkungan kerja, salah satunya adalah lingkungan fisik, antara lain kebisingan dan suhu tempat kerja. Salah satu faktor internal pekerjaan dapat menyebabkan stres dan berujung pada kondisi mental yang kurang baik. Beberapa faktor diantaranya lingkungan kerja yang kurang nyaman (kebisingan, debu, bau, suhu dan kelembaban panas), tempat kerja yang tidak ergonomis yaitu shift, jam kerja yang tidak terkendali, kemacetan lalu lintas akibat pekerjaan, pekerjaan yang berisiko dan berbahaya, pengenalan teknologi baru, kelebihan beban, adaptasi ke tempat kerja suatu jenis pekerjaan baru.<sup>8</sup> Beban kerja berguna dalam memberikan kesempatan kepada pegawai untuk meningkatkan prestasi kerjanya, namun perlu diperhatikan apakah beban kerja sudah mencapai titik optimal atau sedang, karena peningkatan beban kerja dapat menghambat prestasi kerja. Pasal 1 UU No. 14 Tahun 1996 angkatan kerja yaitu setiap individu yang mampu bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, baik di dalam ataupun di luar hubungan pekerjaan. Apabila

melakukan pekerjaan belum sesuai dengan tenaga pengajar, maka dapat menimbulkan beban kerja yang berat jika belum sesuai dengan pengetahuan dan keterampilannya.<sup>8</sup>

Menurut Vanchapo dalam (Ayunda, 2021) Beban kerja yaitu suatu proses atau aktivitas yang segera selesai pada waktu tertentu. Jika seseorang dapat melakukan dan beradaptasi dengan banyaknya tugas yang diberikan, maka aktivitas tersebut bukan merupakan beban kerja. Namun jika orang tersebut tidak mampu melakukannya, maka tugas dan aktivitasnya menjadi beban kerja.<sup>9</sup> Menurut Susanti et al (2020), Lingkungan kerja yaitu suatu hal yang ada ditempat kerja yang sedemikian rupa sehingga dapat mempengaruhi individu tersebut dalam melakukan pekerjaan yang diberikan kepadanya, contohnya AC, cahaya yang cukup dalam ruangan dan lain-lain.<sup>10</sup> Penelitian ini sejalan dengan Armando Putra et al (2019) di PT. Beban kerja yang dialami oleh karyawan manajemen Kelian Mitra Karya yaitu jika barang datang secara tidak terduga atau tidak sesuai jadwal maka harus membuat laporan pada waktu tertentu, begitu pula sebaliknya pada saat barang keluar. mereka harus membuat laporan dalam laporan tertentu dan menyelesaikan file lainnya dalam waktu tertentu, maka ada pekerjaan yang tidak sesuai dengan bidangnya.<sup>11</sup> Lingkungan kerja mengacu pada segala sesuatu yang ada disekitar pekerja dan dapat mempengaruhi pekerjaan. Penelitian ini sejalan dengan Pranata et al (2022) Desa-desa kecil di Kabupaten Banjar kekurangan fasilitas untuk menunjang kegiatan dan tugas.<sup>12</sup>

Shift kerja merupakan suatu jadwal kerja yang diberikan kepada karyawan dengan tujuan melakukan sesuatu untuk perusahaan, dan pekerjaannya terbagi menjadi pagi, siang, dan malam.<sup>13</sup> Penelitian ini merupakan bagian dari tujuan penelitian dengan hasil yang sangat tinggi yang dianut oleh PT. INKA Multi Solusi harus bekerja keras dengan pembeli dan karyawan. Oleh karena itulah perusahaan memberikan waktu lembur kepada karyawannya, tidak hanya itu saja agar waktu atau tujuan menyelesaikan pekerjaan tidak menimbulkan ketegangan pada karyawan dalam bekerja.

**Tabel 2.** Kejadian Stres Kerja Menurut Data

| Tahun | Perusahaan                | Variabel Independen | Masalah pada Perusahaan   |
|-------|---------------------------|---------------------|---|
| 2019  | PT. Kelian Mitra Karya    | Beban Kerja         | Beban kerja yang dialami oleh pegawai bagian administrasi adalah apabila barang tiba secara tidak terduga atau tidak sesuai jadwal maka harus dibuat laporan pada waktu yang telah ditentukan, begitu pula sebaliknya harus dilakukan tindakan yang telah ditentukan pada saat barang tersebut. . untuk keluar dan berkas-berkas lain yang diselesaikan dalam kurun waktu tertentu, maka terdapat karya yang tidak sesuai dengan bidangnya. <sup>11</sup> |
| 2022  | Dusun Di Kecamatan Banjar | Lingkungan Kerja    | Kurangnya pelayanan pendukung dalam melaksanakan aktivitas dan tugas. <sup>12</sup>   |
| 2019  | PT. INKA Multi Solusi     | Shift Kerja         | Pembeli dan pekerja harus bekerja keras. Oleh karena itulah perusahaan memberikan waktu lembur kepada karyawannya, tidak hanya itu waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas atau tujuan tidak membebani karyawan dalam bekerja. <sup>14</sup>  |

Berdasarkan data yang diperoleh dan berdasarkan latar belakang yang sudah peneliti paparkan diatas, maka peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja, lingkungan kerja dan shift kerja terhadap stres kerja karyawan di PT. Generasi

Muda Bersatu Kecamatan Simpenan Kabupaten Sukabumi Tahun 2023.

## Metode

Desain penelitian menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian *cross-sectional* merupakan penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data satu per satu. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah beban kerja, lingkungan kerja dan shift kerja. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat stres. Sampel berjumlah 113 responden karyawan yang bekerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB). Teknik pengambilan sampelnya adalah *Random Sampling*. Data yang digunakan adalah data primer melalui angket dan observasi serta data sekunder yang bersumber dari buku dan literatur. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan Uji *Chi-Square*.

## Hasil

### Analisis Univariat

**Tabel 3.** Gambaran Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Shift Kerja terhadap Stres Kerja karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023

| Variabel                | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| <b>Stres Kerja</b>      |               |                |
| Berat                   | 57            | 50.4           |
| Ringan                  | 56            | 49.6           |
| <b>Beban Kerja</b>      |               |                |
| Berat                   | 65            | 57.5           |
| Ringan                  | 48            | 42.5           |
| <b>Lingkungan Kerja</b> |               |                |
| Baik                    | 65            | 57.5           |
| Tidak Baik              | 48            | 50             |
| <b>Shift Kerja</b>      |               |                |
| Pagi                    | 59            | 52.2           |
| Malam                   | 54            | 47.8           |

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 113 responden, menunjukkan bahwa 50.4% stress kerja berat. 57.5% responden beban kerja berat, lingkungan kerja baik yaitu 57.5%, responden shift kerja pagi yaitu 52.2%.

### Analisis Bivariat

**Tabel 4.** Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Shift Kerja terhadap Stres Kerja karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023

| Variabel                | Stres Kerja |      |        |      |        |     | P-Value | RP<br>95% CI          |
|-------------------------|-------------|------|--------|------|--------|-----|---------|-----------------------|
|                         | Berat       |      | Ringan |      | Jumlah |     |         |                       |
|                         | F           | %    | F      | %    | F      | %   |         |                       |
| <b>Beban Kerja</b>      |             |      |        |      |        |     |         |                       |
| Berat                   | 47          | 72.3 | 18     | 27.7 | 65     | 100 | 0,000   | 9.922<br>4.102-24.003 |
| Ringan                  | 10          | 20.8 | 38     | 79.2 | 48     | 100 |         |                       |
| Total                   | 57          | 50.4 | 56     | 49.6 | 113    | 100 |         |                       |
| <b>Lingkungan Kerja</b> |             |      |        |      |        |     |         |                       |
| Baik                    | 31          | 41.7 | 34     | 52.5 | 65     | 100 | 0,496   | 0.771                 |

|                    |    |      |    |      |     |     |       |             |
|--------------------|----|------|----|------|-----|-----|-------|-------------|
| Kurang Baik        | 26 | 54.2 | 22 | 45.8 | 48  | 100 |       | 0.365-1.630 |
| Total              | 57 | 50.4 | 56 | 49.6 | 113 | 100 |       |             |
| <b>Shift Kerja</b> |    |      |    |      |     |     |       |             |
| Pagi               | 39 | 66.1 | 20 | 33.9 | 59  | 100 |       | 3.900       |
| Malam              | 18 | 33.3 | 36 | 66.7 | 54  | 100 | 0,000 | 1.785-8.520 |
| Total              | 57 | 50.4 | 56 | 49.6 | 113 | 100 |       |             |

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil bahwa Beban Kerja berat dengan Stres Kerja yaitu 72.3% dan Beban Kerja ringan dengan Stres Kerja 20.8%. Hasil uji *Chi-Square* yaitu ada hubungan antara beban kerja berat dengan stres kerja dengan hasil  $p=0,000$  kurang dari  $\alpha = 0,05$ . Hasil perhitungan resiko mendapatkan nilai  $RP = 9.922$  (95% CI 4.102-24.003) atau  $RP >1$  yang secara statistik beban kerja berat dengan stres kerja beresiko 9.922 dibandingkan beban kerja ringan. Lingkungan kerja baik yaitu 41.7% dan lingkungan tidak baik yaitu 54.2%. Hasil uji *Chi-Square* yaitu tidak ada hubungan antara Lingkungan Kerja dengan Stres Kerja dengan hasil  $p=0,496$  lebih dari  $\alpha = 0,05$ . Hasil perhitungan resiko didapatkan nilai  $RP = 0.771$  (95% CI 0.365-1.630) atau  $RP < 1$  yang secara statistik lingkungan kerja baik dan tidak berpengaruh dengan stres kerja beresiko 0.771 dibandingkan lingkungan kerja kurang baik. Shift Kerja Pagi dengan Stres Kerja yaitu 66.1% dan Shift Kerja malam dengan Stres Kerja yaitu 33.3 %. Hasil uji *Chi-Square* yaitu ada hubungan antara shift kerja pagi dengan stres kerja dengan hasil  $p=0,000$  kurang dari  $\alpha = 0,05$ . Hasil perhitungan resiko mendapatkan nilai  $RP = 3.900$  (95% CI 1.785-8.520) atau  $RP >1$  yang secara statistik shift pagi dengan stress kerja beresiko 3.900 dibandingkan shift kerja malam.

## Pembahasan

### Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023

Hasil penelitian menunjukkan *P-Value* 0,000 ( $p<0,05$ ) yang menunjukkan adanya hubungan beban kerja dengan stress kerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Melo et al (2019) menyatakan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan stress kerja (*p-value* = 0,004). Berdasarkan hasil kuisioner terdapat 65 responden yang merasakan beban kerja berat dengan stress kerja yang berat.<sup>15</sup> Hal ini sesuai dengan penelitian Pajow et al (2020) banyaknya beban kerja atau tuntutan tugas yang diterima oleh pekerja. Beban Kerja yang diterima seseorang harus sesuai atau seimbang terhadap kemampuan fisik kemampuan kognitif dan keterbatasan manusia yang menerima beban tersebut. Semakin tinggi beban kerja yang diberikan, semakin tinggi pula peluang terjadinya stres pada tenaga kerja.<sup>16</sup>

Menurut asumsi peneliti, beban kerja yang berat akan mempengaruhi kualitas pekerjaan seseorang dan akan berakibat stres kerja, perlu diperhatikan lagi beban kerja pada karyawan agar tidak terjadinya stres kerja yang bisa merugikan perusahaan, untuk masalah beban kerja di PT. Generasi Muda Bersatu *double job* seharusnya *job desk* karyawan sudah sesuai tetapi ini tidak sesuai melewati *job desk* yang sudah di tentukan pada kasus beban kerja seperti ini tidak adanya insentif atau bonus yang diberikan kepada karyawan dan tidak adanya kebijakan atau perjanjian yang dibuat antara perusahaan dengan karyawan.

### **Hubungan Lingkungan Kerja dengan Stres Kerja Karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023**

Hasil analisis bivariat, mendapatkan hasil *P-Value* 0,0496 ( $p < 0,05$ ) yang artinya tidak ada hubungan antara Lingkungan Kerja dengan Stres Kerja karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. Hal ini sejalan dengan penelitian Stia Kristina et al (2022) yaitu tidak adanya hubungan antara lingkungan kerja dengan stress kerja (*P-Value* = 0,635). Berdasarkan hasil kuisioner terdapat 65 responden tidak berhubungan lingkungan kerja dengan stres kerja.<sup>17</sup>

Menurut Rattu et al (2019) untuk menciptakan lingkungan kerja yang kondusif iklim organisasi salah satu faktor yang sangat penting, apabila iklim organisasi positif dapat berpengaruh dalam menciptakan kondisi kerja harmonis antar anggota organisasi, serta membuat karyawan terbebas dari stres kerja. Lingkungan kerja yang negative akan berdampak pekerjaan terasa berat dan adanya konflik dengan pekerja satu sama lain dilingkungan kerja akan mengganggu pikiran tetapi sebaliknya apabila lingkungan kerja baik akan terhindar dari stress kerja.<sup>18</sup>

Menurut asumsi peneliti, lingkungan kerja non fisik yang baik bisa diciptakan sendiri apabila ada konflik antar pekerja segera diselesaikan dengan cara dibicarakan secara baik-baik. Pada penelitian ini, ada beberapa penemuan lingkungan fisiknya seperti ada debu di dekat departemen masing-masing karena pekerjaan diarea tambang, tetapi masih bisa di selamatkan tidak terlalu mengganggu pekerja tidak berdampak stres kerja lalu untuk lingkungan non fisiknya tidak terjadi masalah atau tidak terjadi konflik antar pekerja maupun antar kepala departemen.

### **Hubungan Shift Kerja dengan Stres Kerja karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023**

Hasil penelitian menunjukkan *P-Value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dapat diartikan ada hubungan antara shift kerja dengan stress kerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. Penelitian ini sejalan dengan Cahayu (2019) menyatakan bahwa adanya hubungan shift kerja dengan stres kerja (*p-value* = 0,038). Berdasarkan hasil kuisioner terdapat 59 responden yang mengalami shift kerja pagi dengan stres kerja berat.<sup>18</sup>

Hal tersebut sesuai dengan Uliasi et al (2019) yaitu adanya ketetapan ukuran dan Batasan shift kerja agar terhindar dari terlalu lamanya jam kerja, diantaranya: a) Apabila bekerja dalam jangka waktu yang lama dari jam kerja normal, kelelahan akibat kerja akan lebih banyak dirasakan dan apabila jam kerja terlalu lama dapat menyebabkan stres akibat jam kerja yang berlebihan. (b) Shift yang jauh lebih lama dari biasanya mengurangi waktu beristirahat seperti waktu untuk tidur dan tentunya ' waktu istirahat sangat penting bagi kesehatan para pekerja. (c) Jam lembur yang panjang sering terjadi pada situasi beban kerja yang berat dan jam lembur yang panjang ditambah tinggi beban kerja menghasilkan beban ganda pada kesehatan pekerja. (d) Sehingga jam kerja yang terlalu lama sering terjadi penggabungan bekerja shift, seperti tugas siang dan malam, atau tugas pagi dan siang hari.<sup>19</sup>

Menurut asumsi peneliti, shift kerja pagi cenderung lebih banyak yang terkena stres kerja karena ditempat kerja tersebut aktivitasnya lebih banyak di shift pagi daripada shift malam, selain itu shift pagi pekerjaannya lebih banyak maka dari itu waktu istirahatnya tidak

terlalu kondusif, untuk kegiatan pada departemen produksi untuk shift pagi yaitu untuk di area pit dan wastedump kegiatannya *ore getting dan waste removal*, untuk *pit service mobile all area* untuk *maintenance* akses, support kegiatan operation dan juga kegiatan lintas departemen, lalu untuk di area flotasi sampling, pencatatan feeding ore ke flotasi dan pencatatan produksi konsentrat, untuk timbangan *standby* penimbangan dijembutan timbang, untuk *blasting standby* kegiatan *blasting* di open fit dan ug, untuk mine geologis pengawasan kegiatan *ore getting dan dumping ore, sampling* dan manajemen *stockpile ore pak*, untuk masalah shift kerja pagi yaitu kurangnya man power/SDM untuk pengawasan alat berat yang menyebabkan satu pegawai mengawasi lebih dari 1 pekerjaan.

### Kesimpulan

Pada hasil penelitian yang dilaksanakan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023 tentang hubungan beban kerja, lingkungan kerja dan shift kerja terhadap stres kerja karyawan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Responden di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi memiliki beban kerja berat dengan frekuensi 57,5% terhadap stres kerja. Memiliki lingkungan kerja yang baik dengan frekuensi 57,5% terhadap stres kerja. Memiliki shift kerja pagi dengan frekuensi 52,2% terhadap stres kerja. Stress kerja berat pada karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) memiliki frekuensi 50,4%. Ada Hubungan antara Beban kerja dengan stres kerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Tidak ada hubungan antara Lingkungan Kerja dengan stres kerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi dengan nilai  $p = 0,496 < \alpha = 0,05$ . Ada Hubungan antara shift kerja dengan stres kerja di PT. Generasi Muda Bersatu (GMB) Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ .

### Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi membantu proses penelitian ini.

### Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

### Daftar Pustaka

1. Prabowo RE. Hubungan Stres Kerja Dan Masa Kerja Dengan Pencegahan Kecelakaan Kerja Pada Karyawan Operator Alat Berat Pt. Madhani Talatah Nusantara. 2020;2–11. Available from: <https://eprints.uniska-bjm.ac.id/3806/3/>
2. Efriana, Nani Y, Adius Kusnan. Determinan Kejadian Stress Kerja pada Nakes di Tengah Wabah Covid-19 di BLUD RS Kab. Bombana tahun 2020. Jurnal Ilmiah [Internet]. 2020;3–11. Available from: <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/view/355/319>
3. Sadya S. Tingkat Kecemasan dan Stres di Tempat Kerja Menurut Negara Asia Tenggara. 2022; Available from: <https://dataindonesia.id/varia/detail/3-dari-10-orang-asia-tenggara-stres-dan-cemas-di-tempat-kerja>

4. Parlinda M, Malaka T, Novrikasari. Hubungan Tuntutan Pekerjaan Terhadap Kejadian Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan Di Kota Palembang. *Jurnal Media Kesehatan*. 2020;3(2). DOI: <https://doi.org/10.33088/jmk.v13i2.571>
5. Riskesdas. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB); 2018. p. 198. Available From: <https://scholar.google.com/>
6. Massie RN, Atheros WA, Rumawas W. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kantor Pengelola It Center Manado. *Jurnal Administrasi Bisnis*. 2018;6(2):41. DOI: <https://doi.org/10.35797/jab.v6.i002.%25p>
7. Indri Monika Br Nababan S. Pengaruh Stres Kerja Dan Konflik Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Kantor Badan Penanggulangan Bencana Daerah Kabupaten Karo. Skripsi thesis, Universitas Quality Berastagi. 2021;8–89. Available from: <http://portaluqb.ac.id:808/156/>
8. Utami P, Wahyuni I, Bagian Keselamatan dan Kesehatan Kerja E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Dan Pengendalian Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Di Bagian Cargo Pt. Angkasa Pura Logistik Bandar Udara Internasional Ahmad Yani Semarang. 2017;5:2356–3346. DOI: <https://doi.org/10.14710/jkm.v5i5.18946>
9. Ayunda D. Pengaruh Beban Kerja Dan Stress Kerja Pada Kinerja Karyawan Pt Rachmat Putra Industrial Di Bandar Lampung. Strata 1 thesis, Universitas Teknokrat Indonesia. 2021;12–72. Available from: <http://repository.teknokrat.ac.id/3449/>
10. Susanti, Harry Mardika N. Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt Sat Nusapersada TBK. 2020;3–10. Available from: <http://repository.upbatam.ac.id/eprint/629>
11. Amando Putra Z. Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Kelian Mitra Karya (Pergudangan Platinum) Pekanbaru. 2019; Available from: <https://repository.uir.ac.id/6763/1/bab1.pdf>
12. Pranata GA, Made N, Pendit P. Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Kepala Dusun Di Kecamatan Banjar. *Jurnal Manajemen dan Bisnis*. 2022;4(1). Available from: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/Prospek/article/view/40581/21854>
13. Supardi, Kasran Muhammad, Sapar. Pengaruh Shift Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Alfamidi Se-Kecamatan Wara Timur Kota Palopo The Influence Of Work Shift And Work Stress On The Performance Of Alfamidi Employees In The District Wara East Palopo City. 2020;8–18. DOI: 10.36778/jesya.v6i2.1110
14. Qoyyimah M, Hari Abrianto T, Chamidah S. Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Bagian Produksi PT. INKA Multi Solusi Madiun. *Jurnal Ilmiah Bidang Manajemen dan Bisnis*. 2019;2(1):12–20. DOI: 10.24269/asset.v2i1.2548
15. Melo A V, Kawatu PAT, Tucunan AAT, Kesehatan F, Universitas M, Ratulangi S, et al. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon. Vol. 8, *Jurnal KESMAS*. 2019. Available From: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/26615>
16. Pajow C, Kawatu PAT, Rattu JAM, Kesehatan F, Universitas M, Manado SR. Hubungan Antara Beban Kerja, Masa Kerja Dan Kejenuhan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Area Opening Sheller Pt.Sasa Inti Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan. Vol. 9, *Jurnal KESMAS*. 2020. Available From: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/31608>
17. Stia Kristina R, Muryadi EI. Hubungan beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Rantau Rasau Kabupaten Tanjung Jabung Timur Tahun 2022 [Internet]. Vol. 11, *SCIENTIA JOURNAL*. 2022. Available from: <https://ejournal.unaja.ac.id/index.php/SCJ/article/download/559/429/>
18. Cahayu S. Hubungan Shift Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Pirngadi Medan. 2019 Available From: <http://repository.uinsu.ac.id/12165/>
19. Uliasi J, Studi P, Masyarakat K, Ilmu F, Kesehatan I. Hubungan Antara Shift Kerja Dengan Stress Kerja Terhadap Karyawan. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat (SNKM) IV*. 2021. Available From: [https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SNKM\\_UEU/article/view/129](https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SNKM_UEU/article/view/129)