



Karakteristik Individu dan Stres Kerja pada Operator Unit Produksi di Industri bidang Ketenagalistrikan: Analisis Usia, Masa Kerja, dan Tingkat Pendidikan

Sevina Nabilah Khansa^{1*}, Putri Ayuni Alayyannur²

¹⁻² Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Indonesia

*Penulis Korespondensi: sevina.nabilah.khansa-2022@fkm.unair.ac.id

Abstract. *Work stress is an occupational health issue that can affect workers' well-being and job performance. Individual responses to work stress may vary and can be affected by individual characteristics such as age, length of service, and educational level. The relationship between individual characteristics and workstress among operators at PT X was examined in this study. This study used a quantitative descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The study was involving 31 operators from the production unit of PT X selected using random sampling. Work stress data were collected using the OSI-R™ questionnaire and analyzed using the Spearman correlation test. Most respondents were aged 45–54 years (42%), had ≥30 years of service (58%), and had a senior high school/vocational education level (61%). Most operators experienced moderate work stress (55%). The analysis age and length of service were significantly related to work stress ($p < 0.001$), while educational level was not significantly related to work stress ($p = 0.518$). Age and length of service were associated with work stress among PT X operators, where older workers and those with longer tenure tended to experience lower work stress.*

Keywords: Age; Educational Level; Eork Stress; Individual Characteristics; Length of Service.

Abstrak. Stres kerja merupakan masalah kesehatan kerja yang dapat memengaruhi kesejahteraan dan kinerja pekerja. Karakteristik individu seperti usia, masa kerja, dan tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi perbedaan respon individu terhadap stres kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan karakteristik dengan stres kerja pada operator PT X. Penelitian ini memakai desain kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian melibatkan 31 operator unit produksi PT X dengan menggunakan teknik random sampling. Data stres kerja dikumpulkan menggunakan kuesioner OSI-R™ dan dianalisis menggunakan uji korelasi spearman. Sebagian besar responden berusia 45–54 tahun (42%), memiliki masa kerja ≥30 tahun (58%), dan berpendidikan SMA/SMK (61%). Mayoritas operator mengalami stres kerja kategori sedang (55%). Analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara usia dan masa kerja dengan stres kerja ($p < 0,001$), sedangkan tingkat pendidikan tidak berhubungan dengan stres kerja ($p = 0,518$). Usia dan masa kerja berhubungan dengan stres kerja pada operator PT X, dimana pekerja yang memiliki usia lebih tua serta masa kerja lebih lama umumnya menunjukkan stres kerja yang lebih rendah.

Kata Kunci: Karakteristik Individu; Masa Kerja; Pendidikan; Stres; Usia.

1. LATAR BELAKANG

Kesejahteraan dan kinerja di lingkungan kerja dipengaruhi oleh kesehatan mental yang merupakan aspek penting bagi seorang pekerja. Di Indonesia, Undang-Undang (UU) No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat berkontribusi bagi komunitasnya, bekerja secara optimal, serta mengelola tekanan yang dihadapi. Berbagai tuntutan dan tekanan kerja dapat memengaruhi kondisi mental pekerja dan menimbulkan stres kerja. *International Labour Organization* (ILO) (2016) menjelaskan bahwa stres akibat kerja merupakan respons fisik dan emosional yang timbul ketika tuntutan pekerjaan tidak sebanding dengan kemampuan individu,

sehingga kondisi ini menjadi salah satu isu kesehatan global yang signifikan (Sumartini & Ernyasih, 2025).

Menurut laporan *Environmental Resources Management (ERM) 2024 Global Health and Safety Survey*, kondisi kesehatan mental pekerja dunia terus menunjukkan kecenderungan yang mengkhawatirkan. Data terbaru Gallup *Consulting (2025)* memperlihatkan bahwa sekitar 40% pekerja secara global mengalami stres hampir sepanjang hari, sedangkan tingkat stres harian di kawasan Asia, berada pada angka 25%. Temuan ini menegaskan bahwa tekanan kerja, beban kerja mental, dan faktor psikososial tetap menjadi tantangan besar bagi perusahaan di berbagai sektor (ERM *International Group, 2024*). Di Indonesia, sebesar 9,8% penduduk Indonesia berusia >15 tahun, atau kurang lebih 19 juta orang, dilaporkan mengalami permasalahan mental emosional. Angka ini meningkat signifikan dari 6% pada tahun 2013 (Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas), 2018). Lebih lanjut, data BPJS Ketenagakerjaan tahun 2023 menunjukkan stres kerja berkontribusi sekitar 30% terhadap total masalah kesehatan yang disebabkan pekerjaan (Sumartini & Ernyasih, 2025).

Berdasarkan data sekunder PT X mengenai pemeriksaan dan pengujian psikologi dengan menggunakan metode IKM-EI-SML-63 terhadap 84 responden, ditemukan bahwa unit produksi khususnya pekerja/operator, menunjukkan tingkat stres kerja dengan kategori sedang, kedua dari seluruh unit yang ada di PT X. Selain itu, ditemukan bahwa terdapat empat regu operator yakni A, B, C, dan D yang memiliki ketentuan tiga hari kerja dan satu hari libur. Kondisi ini berpotensi menimbulkan tekanan tersendiri bagi operator, terutama karena ritme kerja yang tidak selalu selaras dengan pola istirahat alami, serta tanggung jawab pengoperasian unit yang bersifat berkelanjutan.

Penelitian ini membatasi kajian hanya pada faktor karakteristik individu, yaitu usia, masa kerja, dan tingkat pendidikan. Pembatasan ini dilakukan karena karakteristik individu merupakan faktor yang secara langsung berkaitan dengan kemampuan pekerja dalam mempersepsikan serta merespon tekanan kerja yang dihadapi. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan karakteristik individu (usia pekerja, masa kerja, dan tingkat pendidikan) dengan stres kerja pada operator di PT X.

2. KAJIAN TEORITIS

Respon adaptif terhadap tuntutan fisik dan psikologis yang timbul akibat tindakan eksternal, situasi, atau kejadian tertentu dapat dipengaruhi oleh karakteristik pribadi maupun proses psikologis individu, dimana dikenal sebagai stres kerja (Yupartini et al., 2021). Karakteristik individu merupakan kemampuan dan kecakapan, latar belakang, dan demografi.

Respon terhadap stres kerja dapat berbeda pada setiap individu, salah satunya dipengaruhi oleh karakteristik individu, yang telah terbukti, seperti usia, masa kerja, dan tingkat pendidikan. Dengan menegaskan pentingnya faktor-faktor tersebut, upaya pengendalian dapat lebih efektif dilakukan di lingkungan kerja (Antul et al., 2025). 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 berperan penting dalam membentuk persepsi terhadap stres, dimana pekerja berusia muda cenderung memiliki gaya hidup kurang sehat dan memperlihatkan tingkat stres yang relatif lebih tinggi daripada kelompok pekerja yang lebih lanjut (Lucini et al., 2023). Dalam teori *life-span theory of control*, disebutkan pekerja yang lebih lanjut memakai strategi *coping* yang lebih aktif, baik yang berfokus pada pemecahan masalah maupun yang berfokus pada pengelolaan emosi, dibandingkan pekerja yang lebih muda (Hertel et al., 2015).

Masa kerja merupakan salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi stres kerja, yang merujuk pada jangka waktu seorang karyawan bekerja serta memberikan kontribusi tenaga pada perusahaan tertentu (Lestari & Rahman, 2024). Pengalaman kerja yang lebih panjang memungkinkan individu memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap *job description*, yang pada akhirnya dapat membantu dalam mengatasi berbagai stressor pekerjaan (Shintyar & Widanarko, 2021). Individu yang telah bekerja lebih lama cenderung lebih mampu mengelola tekanan kerja dibandingkan pekerja dengan masa kerja yang lebih pendek karena pengalaman kerjanya masih terbatas (Danuarta et al., 2025)

Faktor berikutnya yakni tingkat pendidikan. Hariandja menyatakan bahwa tingkat pendidikan seorang karyawan berperan dalam meningkatkan daya saing perusahaan dan membuat perusahaan sekaligus mendukung produktivitas perusahaan (Syalsyabiela, 2024). Individu yang memiliki riwayat pendidikan lebih tinggi cenderung mempunyai strategi *coping* lebih baik terhadap tekanan kerja (Isabel, 2025).

Salah satu sektor pekerjaan yang memiliki potensi tinggi terhadap stres kerja adalah sektor industri pembangkitan tenaga listrik yang menuntut tanggung jawab tinggi dalam menjaga keandalan sistem kelistrikan. PT X merupakan salah satu unit pembangkitan yang bergerak dibidang usaha ketenagalistrikan. Sampai tahun 2024, PT X menyumbang sekitar 14,68% pada sistem kelistrikan Jawa Timur serta 3,01% pada sistem Jawa–Madura–Bali. Dengan kapasitas terpasang sebesar 2.234,33 MW, perusahaan ini menjadi salah satu unit pembangkit tenaga listrik terbesar. Unit produksi merupakan salah satu bagian penting dalam struktur organisasi yang bertanggung jawab langsung terhadap pengelolaan dan pengendalian kegiatan operasional pembangkitan tenaga listrik. Mengingat kapasitas produksi yang besar

serta perannya yang strategis dalam menjaga keandalan pasokan listrik, operator pada unit ini berisiko mengalami stres kerja ketika tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan atau sumber daya yang dimiliki.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah desain kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada 12 – 26 Februari 2026 dengan melibatkan populasi operator unit produksi PT X sebanyak 34 pekerja. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 31 responden dengan menggunakan teknik *random sampling*. Variabel bebas adalah karakteristik individu yang meliputi usia pekerja, masa kerja, dan tingkat pendidikan pada pekerja operator PT X 2026. Variabel terikat adalah stres kerja pada pekerja operator PT X 2026. Instrumen yang digunakan menggunakan kuesioner OSI-R™ versi bahasa Indonesia oleh Syahrani (2023). Ada 25 item pertanyaan dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0.908.

Interpretasi skor meliputi stres ringan 25-58, sedang 59-92, berat 93-125. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan nilai signifikansi $< 0,05$, data dinyatakan tidak berdistribusi normal sehingga metode analisis yang digunakan adalah uji korelasi Spearman. Karakteristik individu dideskripsikan dengan menggunakan analisis univariat. Sedangkan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing karakteristik individu (usia pekerja, masa kerja, dan tingkat pendidikan) dengan stres kerja pada operator PT X. Digunakan analisis bivariat. Persetujuan etik dalam penelitian ini diberikan oleh Universitas Airlangga *Faculty of Dental Medicine Health Research Ethical Clearance Commission* melalui sertifikat nomor 0163/HRECC.FODM/II/2026 pada tanggal 11 Februari 2026.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Individu pada Operator PT X.

Variabel	N (N=31)	Percentage (%)
Usia Pekerja		
25 - 34	5	16
35 - 44	8	26
45 - 54	13	42
≥ 55	5	16
Masa Kerja		
≤ 9 tahun	6	20
10 - 19 tahun	1	2
20 - 29 tahun	6	20
≥ 30 tahun	18	58
Tingkat Pendidikan		

Variabel	N (N=31)	Percentage (%)
SMA/SMK	19	61
D3	4	13
S1	8	26
Stres Kerja		
Ringan	8	26
Sedang	17	55
Berat	6	19

Dari total 31 responden (100%), sebanyak 5 operator PT X (16%) termasuk dalam kelompok usia 25–34 tahun yang merupakan jumlah terendah. Lalu, terdapat kategori usia 35 – 44 tahun sebanyak 8 responden (26%). Selanjutnya, kategori usia 45 - 54 tahun sebanyak 13 responden (42%) yang merupakan angka tertinggi. Terakhir, kategori usia ≥ 55 tahun sebanyak 5 responden (16%).

Dari total 31 responden (100%), terdapat operator PT X dengan kategori masa kerja ≤ 9 tahun sebanyak 6 responden (20%). Lalu, terdapat kategori masa kerja 10 – 19 tahun sebanyak 1 responden (2%). Selanjutnya, kategori masa kerja 20 – 29 tahun sebanyak 6 responden (20%), dan kategori masa kerja ≥ 30 tahun berjumlah 18 responden (58%) yang merupakan angka tertinggi.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 31 responden (100%), sebagian besar operator PT X memiliki tingkat pendidikan SMA/SMK, yaitu sebanyak 19 orang (61%). Lalu, riwayat pendidikan D3 sebanyak 4 responden (13%), dan riwayat pendidikan S1 sebanyak 8 responden (26%).

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 31 responden (100%) terdapat operator PT X yang memiliki kategori stres kerja ringan sebanyak 8 responden (26%), pekerja dengan kategori stres kerja sedang sebanyak 17 responden (55%) yang merupakan angka tertinggi, dan pekerja dengan kategori stres kerja berat sebanyak 6 responden (19%) yang merupakan angka terendah.

Tabel 2. Hubungan Karakteristik Individu dengan Stres Kerja pada Operator PT X.

Variabel	Stres Kerja						Total		<i>p</i> -value
	Ringan		Sedang		Berat		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Usia Pekerja									
25 - 34	0	0	2	6	3	10	5	16	<0,001
35 - 44	0	0	5	16	3	10	8	26	
45 - 54	5	16	8	26	0	0	13	42	
≥ 55	3	10	2	6	0	0	5	16	
Masa Kerja									
≤ 9	0	0	2	6	4	13	6	19	<0,001
10 - 19	0	0	1	4	0	0	1	4	
20 - 29	0	0	4	13	2	6	6	19	

≥ 30	8	26	10	32	0	0	18	58	
Tingkat Pendidikan	4	13	13	42	2	6	19	61	0,518
SMA/SMK									
D3	0	0	1	3	3	10	4	13	
S1	4	13	3	10	1	3	8	26	

Berdasarkan hasil analisis data korelasi menggunakan uji spearman pada 31 responden operator PT X, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara usia pekerja dan stres kerja dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Masa kerja turut menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat stres kerja berdasarkan nilai signifikansi $p < 0,001$. Di sisi lain, tingkat pendidikan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stres kerja berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh sebesar $p = 0,518$ ($p > 0,05$). Maka, penelitian ini menemukan ada hubungan signifikan antara usia pekerja dan masa kerja dengan stres kerja pada pekerja operator PT X, dan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan stres kerja pada pekerja operator PT X.

Diskusi

Hubungan antara Usia dengan Stres Kerja

Secara kronologis, usia menggambarkan lamanya waktu sejak seseorang dilahirkan yang diukur dalam satuan waktu, serta pada individu normal berkaitan dengan tingkat perkembangan anatomis dan fisiologis (Dahlia et al., 2023). Kategori usia dalam penelitian ini mengacu pada pembagian yang digunakan oleh Xue et al. (2025) yang telah disesuaikan dengan kondisi lapangan. Responden dengan rentang usia 45 hingga lebih dari 55 tahun dalam penelitian ini lebih banyak mengalami stres kerja ringan, yang menunjukkan bahwa usia pekerja berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja. Kondisi ini mengartikan bahwa pekerja dengan usia yang lebih tua cenderung lebih mampu mengelola tekanan kerja dibandingkan pekerja yang lebih muda.

Hal ini diperkuat oleh penelitian mengenai pekerja manufaktur juga menunjukkan bahwa pekerja yang lebih tua cenderung menggunakan pengalaman kerja sebelumnya untuk menyesuaikan metode kerja dan meminimalkan tuntutan pekerjaan sehingga dapat mempertahankan energi selama bekerja (Changes & Sanders, 2018). Selain itu, penemuan ini sejalan dengan penelitian oleh Habibi (2018) yang menjelaskan bahwa responden usia ≤ 35 tahun memiliki peluar 0.580 kali mengalami stres kerja dibandingkan dengan responden usia > 35 tahun pada pekerja di Unit Produksi PT Borneo Melintang Buana. Namun, penemuan ini berbeda dengan penelitian oleh Maharani (2024) yang menyebutkan tidak ada hubungan antara antara variabel umur dan stres kerja. Kemampuan adaptasi individu di lingkungan kerja yang

dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, serta tanggung jawab yang meningkat seiring bertambahnya usia dapat berkontribusi dalam menurunkan stres kerja (Maharani et al., 2024).

Hubungan antara Masa Kerja dengan Stres Kerja

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa responden dengan masa kerja yang lebih lama justru lebih banyak mengalami stres kerja ringan. Kategori masa kerja yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pembagian yang dikemukakan oleh Ayu et al (2018). Masa kerja merupakan salah satu faktor predisposisi penting yang memengaruhi respon tubuh terhadap stres (Antul et al., 2025). Pekerja dengan masa kerja yang lebih panjang umumnya memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap lingkungan kerja serta pengalaman yang lebih banyak dalam menyelesaikan tugas, sehingga mereka cenderung lebih mampu mengendalikan stres selama bekerja (Akbar et al., 2024).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Faiza et al. (2019) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara masa kerja dan stres kerja pada pekerja aircraft maintenance officer ($p = 0,00$), dimana pekerja dengan masa kerja yang lebih lama memiliki tingkat stres yang lebih rendah. Namun demikian, hasil tersebut berbeda dengan penelitian Antul et al. (2025) yang menyatakan bahwa masa kerja yang lama lebih rentan mengalami stres kerja. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan konteks tempat kerja, serta variasi dalam penerapan manajemen sumber daya manusia dan kondisi lingkungan kerja.

Hubungan antara Tingkat Pendidikan dengan Stres Kerja

Berdasarkan analisis data, pekerja dengan tingkat pendidikan pendidikan SMA/SMK mayoritas mengalami stres kerja. Kualitas kerja yang rendah dapat menyebabkan meningkatnya beban kerja dan memicu stres kerja, yang salah satunya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan (Nurpadila & Rosalina, 2022). Tidak ditemukan hubungan antara pendidikan terakhir dengan stres kerja, dengan nilai sebesar $p = 0.518$ ($p > 0.05$). Penemuan ini sejalan dengan penelitian mengenai dampak faktor individu dan pekerjaan terhadap tingkat stres kerja yang menyatakan bahwa tidak ada korelasi antara pendidikan dan stres kerja karyawan dengan nilai $p = 0.218$. Hasil ini bertentangan dengan penelitian oleh Olivia (2021) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan stres kerja dengan nilai $p = 0,012$ (Ketut et al., 2024). Selain itu, penemuan ini juga berbeda dengan penelitian pada karyawan PT Bukit Angkasa Makmur, antara tingkat pendidikan dengan stres kerja ditemukan adanya hubungan (Mualim & Adeko, 2020). Variasi karakteristik responden, latar belakang pekerjaan, serta kondisi lingkungan kerja pada tiap penelitian dapat memengaruhi perbedaan hasil penelitian.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Mayoritas operator PT X berada pada kelompok usia 45–54 tahun (42%), memiliki masa kerja ≥ 30 tahun (58%), dan tingkat pendidikan terakhir SMA/SMK/ sederajat (61%). Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan masa kerja dengan stres kerja ($p < 0,001$), di mana operator dengan usia lanjut dan masa kerja lebih lama cenderung mengalami stres kerja ringan. Disamping itu, tidak ditemukan hubungan antara tingkat pendidikan dan stres kerja pada operator PT X ($p = 0,518$). Perusahaan disarankan mempertahankan kondisi kerja yang mendukung pekerja senior serta melakukan regenerasi tenaga kerja secara bertahap. Peneliti selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain dan menggunakan desain longitudinal agar hasil penelitian lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada PT X atas izin serta dukungan yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh operator unit produksi yang telah berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga atas dukungan akademik yang diberikan selama proses penelitian berlangsung. Penulis juga menyampaikan penghargaan kepada penulis kedua atas bimbingan, masukan ilmiah, serta arahan yang diberikan selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini sehingga penelitian dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, H., Asri, A., & Kaseger, H. (2024). The relationship between age, years of service, and work demands with job stress among PDAM employees in District X. *Promotive: Journal of Public Health*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.56338/promotif.v14i1.5518>
- Antul, R. N., Zainal, I., & Mappangile, A. S. (2025). Hubungan antara usia pekerja dan masa kerja dengan stres kerja pada karyawan PT Singlurus Pratama site. *11*(4), 958–965.
- Ayu, I., Agririsky, C., Adiputra, I. N., et al. (2018). Gambaran kualitas tidur perawat dengan shift kerja di ruang rawat inap anak RSUP Sanglah Denpasar tahun 2016. *Jurnal Medika*, 7(11), 1–8. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Changes, A., & Sanders, M. J. (2018). Older manufacturing workers and adaptation to workplace changes. *2008*, 1–11.

- Dahlia, S., Anggraini, I., & Aini, N. (2023). Faktor yang memengaruhi stres kerja pekerja perempuan di Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Selatan tahun 2023. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 32540–32557.
- Danuarta, M., Sartiah, & Prianti, I. A. (2025). Pengaruh masa kerja, beban kerja, dan dukungan sosial terhadap stres kerja pada karyawan PT Pelindo Terminal Peti Kemas Kendari tahun 2024. *Journal of Health Sciences Leksia*, 3(3), 1–9.
- ERM International Group. (2024). *ERM 2024 global health and safety survey: Rising to the challenge of the constantly changing world of work*.
- Faiza, R. N., Fauziah, S. M., & Tualeka, A. R. (2019). The relation between job tenure and social support of coworkers and superiors with work stress on aircraft maintenance officers at an airline company. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 15, 23–25.
- Gallup Consulting. (2025). *State of the global workplace: Employee engagement insights for business leaders worldwide*.
- Hapsari, K., Lestyanto, D., & Ekawati. (2023). Hubungan beban kerja mental, usia, dan masa kerja dengan stres kerja pada pegawai kantor Bea Cukai Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 385–398. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i4.40514>
- Hertel, G., Rauschenbach, C., & Krumm, S. (2015). Are older workers more active copers? Longitudinal effects of age-contingent coping on strain at work. *Journal of Organizational Behavior*, 36(4), 514–537. <https://doi.org/10.1002/job.1995>
- Indonesia. (2014). *Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa*. <https://peraturan.bpk.go.id>
- International Labour Organization. (2016). *Workplace stress: A collective challenge*.
- Isabel, L. (2025). Coping with work-related stressors: Does education reduce work-related stress?
- Ketut, N., Aras, N., S, M. R. D., Ayu, P., & Damayanti, A. (2024). Hubungan karakteristik demografi dengan tingkat stres kerja pada perawat puskesmas Kota Denpasar di masa pandemi COVID-19. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 12(1), 98–106.
- Lestari, E., & Rahman, T. (2024). Pengaruh masa kerja terhadap jenjang karier karyawan pada section operator development (ODE) PT Saptaindra Sejati site Adaro Mining Operation (ADMO) Kabupaten Tabalong. *Jurnal Administrasi Publik dan Bisnis*, 7(1), 115–128.
- Lucini, D., Pagani, E., Capria, F., Galiano, M., Marchese, M., Cribellati, S., & Parati, G. (2023). Age influences on lifestyle and stress perception in the working population. *Nutrients*, 15(2). <https://doi.org/10.3390/nu15020399>

- Maharani, A., Karima, U. Q., Fithri, N. K., Amrullah, A. A., et al. (2024). Dampak faktor individu dan pekerjaan terhadap tingkat stres kerja di perusahaan makanan dan minuman. *Health Safety and Environment Journal*, 3(1), 31–42.
- Mualim, M., & Adeko, R. (2020). Factors related to work stress in workers of the dryer at PT Bukit Angkasa Makmur (BAM) in Central Bengkulu District. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(1), 79–86.
- Nurpadila, N., & Rosalina. (2022). Analisis faktor yang memengaruhi stres kerja perawat sebagai petugas gugus COVID-19. *Jurnal Kesehatan Marendeng*, 6(3). <https://doi.org/10.58554/jkm.v6i3.7>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Shintyar, A. R., & Widanarko, B. (2021). Stres kerja pada pekerja PT LTI yang bekerja dari rumah selama masa pandemi COVID-19 tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 664–672.
- Sumartini, E., & Ernyasih. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pegawai Sekretariat Jenderal DPR RI. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 3(3), 321–333. <https://doi.org/10.57213/antigen.v3i3.777>
- Syahrani, N. R. (2023). Hubungan karakteristik individu dan tingkat kebisingan dengan stres kerja pada pekerja finish mill PT Semen Tonasa tahun 2022 (pp. 104–129).
- Syalsyabiela, K. P. (2024). Pengaruh tingkat pendidikan dan stres kerja terhadap kepuasan kerja karyawan. *Jurnal Kewirausahaan dan Inovasi*, 3(3), 824–835. <https://doi.org/10.21776/jki.2024.03.3.18>
- Xue, G., Barnes, A., Lee, G. A., Lee, L. R., & Shihabuddin, C. D. (2025). Examining the impact of patient demographics on outreach efforts for a student-run LGBTQIA+ free clinic. *Journal of Community Health*, 1–7. <https://doi.org/10.1007/s10900-025-01517-y>
- Yupartini, L., Rustiawati, E., & Sulastri, T. (2021). Stres kerja dengan perilaku caring petugas kesehatan dalam penanganan pasien pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4, 683–689. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1946>