

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan secara empiris pengaruh stres kerja terhadap kelelahan kerja dengan *work-family conflict* dan *sleep disturbance* sebagai variabel mediasi dengan jumlah responden sebanyak 127 tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, disimpulkan bahwa stres kerja tidak secara langsung memengaruhi tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi, namun stres kerja berpengaruh positif terhadap *work-family conflict* dan *sleep disturbance* pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Selanjutnya *work-family conflict* dan *sleep disturbance* berkontribusi secara positif terhadap peningkatan kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Selain itu, *work-family conflict* dan *sleep disturbance* memediasi hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi, ini menunjukkan bahwa *work-family conflict* dan *sleep disturbance* menjadi faktor penghubung antara stres kerja dan kelelahan kerja.

Selanjutnya berdasarkan teori konservasi sumber daya, penelitian ini menegaskan bahwa stres kerja tidak secara langsung mempengaruhi tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Namun, stres kerja mendorong peningkatan *work-family conflict* dan *sleep disturbance*, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap

peningkatan kelelahan kerja. Lebih lanjut, *work-family conflict* dan *sleep disturbance* berfungsi sebagai mediasi dalam hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja, sesuai dengan teori konservasi sumber daya yang menyatakan bahwa sumber daya individu yang terbatas akan dieksploitasi dalam situasi stres, yang dapat mengarah pada kelelahan kerja. Dengan demikian, temuan ini memberikan dukungan empiris terhadap prinsip-prinsip teori konservasi sumber daya dalam konteks pengelolaan stres dan kelelahan kerja di kalangan tenaga kesehatan sukarela RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi.

5.2 Implikasi Penelitian

5.2.1 Implikasi secara Teori

Dalam kerangka teori konservasi sumber daya, kelelahan kerja dapat dipahami sebagai hasil dari penurunan sumber daya yang disebabkan oleh stres kerja. Implikasinya adalah bahwa kebijakan dan adaptasi organisasi difokuskan pada pemulihan dan pengelolaan sumber daya individu untuk mengurangi tingkat kelelahan kerja. Selanjutnya pada *work-family conflict* teori konservasi sumber daya dapat digunakan untuk memahami bagaimana konflik antara tuntutan pekerjaan dan keluarga dapat memperburuk penggunaan dan penurunan sumber daya. Implikasinya adalah bahwa organisasi dapat mengembangkan strategi untuk mengelola konflik ini, mungkin dengan memberikan dukungan untuk keseimbangan pekerjaan-keluarga atau fleksibilitas waktu.

Selain itu teori konservasi sumber daya dalam konteks *sleep disturbance* dapat dianggap sebagai manifestasi dari penurunan sumber daya dan stres yang berkelanjutan. Implikasinya adalah bahwa pengaruh dan campur tangan organisasi

yang difokuskan pada manajemen stres dan pemulihan sumber daya dapat berkontribusi pada perbaikan kualitas tidur dan kesejahteraan keseluruhan individu.

5.2.2 Implikasi secara Praktis

Penelitian ini menemukan bahwa tingkat kelelahan kerja dilingkungan tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi tergolong dalam kategori tinggi, dengan demikian maka pada masa yang akan datang perlu untuk menurunkan kelelahan kerja dengan memperbaiki atau menurunkan *work-family conflict* dan *sleep disturbance* karena kedua variabel ini memiliki pengaruh terhadap kelelahan kerja, dengan pengaruh dominan yaitu *work-family conflict*.

Adapun upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam menurunkan *work-family conflict* dengan memperhatikan item-item pernyataan pada *work-family conflict* yang masih tinggi, seperti: a) memberikan himbauan kepada tenaga kesehatan agar keluarga mereka tidak terlalu mencampuri urusan pekerjaan pasangan, b) memberikan himbauan kepada tenaga kesehatan agar tidak mendiskriminasikan urusan pekerjaan dibandingkan keluarga, c) memberikan himbauan kepada para tenaga kesehatan agar mampu menyeimbangkan tanggungjawab pekerjaan dan keluarga secara efektif.

Sementara, upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisasikan *sleep disturbance* adalah dengan cara memperhatikan item-item pernyataan yang masih tinggi, seperti: a) memberikan himbauan kepada tenaga kesehatan agar mampu mengurangi pikiran-pikiran negatif yang mengganggu mereka, b) memberikan himbauan kepada para tenaga kesehatan agar berusaha untuk istirahat

ketika sudah waktunya istirahat, karena istirahat yang cukup dapat meningkatkan fokus dan kinerja, c) memberikan himbauan kepada tenaga kesehatan agar bisa mengatur pola tidur mereka menjadi rutinitas yang tepat.

Selanjutnya, upaya lain secara praktis yang dapat dilakukan dalam menekan *work-family conflict* dan *sleep disturbance* adalah dengan cara memperhatikan stres kerja tenaga kesehatan, karena hasil penelitian ini menemukan secara empiris stres kerja merupakan faktor penentu yang mempengaruhi *work-family conflict* dan *sleep disturbance*. Dengan demikian, tentunya perlu menurunkan tingkat stres kerja tenaga kesehatan dengan memperhatikan item-item pernyataan yang masih tinggi, seperti: a) adanya tindakan dari direktur RSUD menyediakan peralatan-peralatan yang bekerja dengan baik untuk tenaga kesehatan, b) tersedianya personalia yang cukup dalam melaksanakan pekerjaan, c) mengevaluasi keperluan rapat sehingga tidak mengganggu produktivitas dan keseimbangan pekerjaan.

5.3 Keterbatasan dan Saran Penelitian

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi penelitian yang telah disampaikan sebelumnya, maka dapat dikemukakan saran dan keterbatasan dalam penelitian ini:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada tenaga kesehatan sukarela RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo, sehingga hasil penelitian ini belum dapat berlaku sama dengan rumah sakit umum lainnya, disarankan agar peneliti selanjutnya menguji model penelitian ini di tempat lain, termasuk RSUD lainnya.
2. Penelitian ini hanya menunjukkan tiga variabel yang mempengaruhi kelelahan kerja, yaitu stres kerja, *work-family conflict* dan *sleep*

disturbance, sehingga faktor-faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi kelelahan kerja masih terabaikan. Karenanya penelitian di masa depan hendaknya menambahkan variabel-variabel berbeda lainnya ke dalam model penelitiannya.

3. Mengingat hanya 127 orang responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, disarankan agar peneliti selanjutnya menggunakan ukuran sampel yang lebih besar lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Z., & Novitasari, R. (2021). Hubungan Tingkat Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Di Rsud Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12 (2), 124–133. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.151>
- Arieska, P. K., & Herdiani, N. (2018). Pemilihan Teknik Sampling Berdasarkan Perhitungan Efisiensi Relatif. *Jurnal Statistika*, 6 (2), 166–171. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/statistik/article/view/4322/4001>
- Arikunto, A. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Asyifa, R. N., Setianingsih, E., & Waladani, B. (2022). Hubungan Efikasi Diri dengan Burnout Pada Perawat di Ruang Intensive RSUD Dr. Soedirman Kebumen. *Jurnal Lppm Ptma*, 14 (2), 1349–1359.
- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). *On the evaluation of structural equation models*. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16 (1), 74–94. <https://doi.org/10.1007/BF02723327>
- Bastos, P., Master, F., & Agostinho, C. (2022). *Relationship between remote e-working and burnout symptoms: The mediating role of work-family conflict and perceived psychological contract breach- a study with international workers*. *Jurnal of Psychologi*, 7 (2), 192-110
- Bintang, A., & Rositawati, S. (2019). Studi Deskriptif Brunout pada Guru yang Melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh. Bandung Conference Series: *Journal Psychology Science*, 19 (8) 29–37. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i1.349>
- Blaze, JT, dan Shwalb, DW (2009). Hilangnya sumber daya dan relokasi: Sebuah studi lanjutan terhadap remaja dua tahun setelah Badai Katrina. *Trauma Psikologis: Teori, Penelitian, Praktek, dan Kebijakan*, *Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi*, 1 (2), 312-233. doi:10.1037/a0017834
- Boles, James S., et al, (2001), *An Investigation Into The Inter-Relationships of Work Family Conflict, Family-Work Conflict and Work Satisfaction*, *Journal of Manajerial Issue*, 13 (3), 376-390
- Caruso, G., Benatti, C., Blom, J. M. C., Caraci, F., & Tascetta, F. (2019). *The many faces of mitochondrial dysfunction in depression: From pathology to treatment*. *Journal Frontiers in Pharmacology*, 10 (9), 1–5. <https://doi.org/10.3389/fphar.2019.00995>
- Cherniss, C. D. G. (2001). *The Emotionally Intelligent Workplace How to Select for, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups,*

and Organizations. San Francisco: Jossey-Bass.

- Damopolii, Yefta Jeclin Lengkong, V. P. K., Walangitan, M. D., Sam, U., & Manado, R. (2018). Pengaruh Lingkungan Kerja, Konflik Peran Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Pln Persero Area Manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 6 (3), 1668–1677.
- Dechasa, D. B., Worku, T., Baraki, N., Merga, B. T., & Asfaw, H. (2021). *Burnout and associated factors among nurses working in public hospitals of Harari region and Dire Dawa administration, eastern Ethiopia. A cross sectional study*. *Jurnal Plos One*, 16 (10), 1–15. <https://doi.org/10.1371/0258224>
- Dharma Surya. (2022). Analisis Statistik Terapan dalam Penelitian Sosial dengan Stata. Bogor: In Media
- Espie, C. A., Inglis, S. J., Harvey, L., & Tessier, S. (2000). *Insomniacs attributions : psychometric properties of the Dysfunctional Beliefs and Attitudes about Sleep Scale and the Sleep Disturbance Questionnaire*. *Jurnal Frontiers in Psychiatry*, 48 (7), 141–148.
- Facer, R.L. and Wadsworth, L. (2008) *Alternative Work Schedules and Work Family Balance: A Research Note*. *Journal of Public Personnel Administration*, 28, 166-177. <https://doi.org/10.1177/0734371X08315138>
- Freudenberger, H. (1974) *Staff Burnout*. *Journal of Social Issues*, 30 (2) , 159-165. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706>.
- Geraldes, D., Madeira, E., Carvalho, V. S., & Chambel, M. J. (2018). *Work-personal life conflict and burnout in contact centers The moderating role of affective commitment*. *Journal Emerald Insight*, 11 (3), 7-35 <https://doi.org/10.1108/PR-11-2017-0352>
- Gorgievski, M.J. and Hobfoll, S.E. (2008) *Work Can Burn Us out or Fire Us up: Conservation of Resources in Burnout and Engagement*. *Journal of Social Sciences*, 7 (3), 7-22
- Hackman, Judith 1985. *Power and centrality in the allocation of resources in colleges and universities*. *Journal Administrative Science Quarterly*, 30: 61-77.
- Hair, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., & Kuppelwieser, V. G. (2014). *Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM): An emerging tool in business research*. *Journal Emerald Insight: European Business Review*, 26 (2), 106–121. <https://doi.org/10.1108/EBR-10-2013-0128>

- Han, S., & Kwak, S. (2022). *The effect of sleep disturbance on the association between work–family conflict and burnout in nurses: a cross-sectional study from South Korea*. *Journal BMC Nursing*, 21 (1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-01114-7>
- Harnida, H. (2015). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Perawat. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4 (1), 21-27. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i1.487>
- Hayulita, S., Andriani, M., & Ningsih, A. M. (2023). Kinerja Perawat Di Rsi Ibnu Sina Padang Panjang. *Journal Ners Universitas Pahlawan*, 7, 20–26.
- Hemmy, F. (2009). Pengaruh dimensi struktur organisasi & tipe kepribadian terhadap stress kerja: Kerjasama Lembaga Penelitian UIN Jakarta dengan UIN Jakarta Press.
- Hobfoll, (1989). Konservasi sumber daya: Upaya baru dalam mengkonseptualisasikan stres. *Jurnal Psikolog Amerika*, 44, 513–524. doi:10.1037/0003-066x.44.3.513
- Holmgren, L., Tirone, V., Gerhart, J., & Hobfoll, S. E. (2017). *Conservation of Resources Theory*. *The Handbook of Stress and Health*, 4 (3) 443–457. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch27>
- Hulland, J. (1999). *Use of Partial Least Squares (PLS) In Strategic Management Research : A Review of Four Recent Studies*. *Strategic Management Journal*, 204 (11), 195–204.
- Husna R, Zaitul, Sri Mulatsih L, (2024), Analisis Pengaruh *Job Stress* terhadap *Job Burnout: Sleep Disturbance* sebagai Variabel Mediasi. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, Administrasi dan Pelayanan Publik*, 11 (1), 2-14. <https://e-journal.unbita.ac.id>
- Istijanto. (2005). Riset Sumber Daya Manusia. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- I Gusti Bagus. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Subjektif Pada Pegawai Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9 (1), 131-142.
- Indah Quadri Novela, & Kuncara, D. B. (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kecenderungan Berperilaku Agresif Pada Mahasiswa. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 5 (2), 66–71. <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.265>
- I made agus dan I made Artha. (2020). Beban Kerja Berpengaruh Terhadap

Burnout Dengan Variabel Work Family Conflict Sebagai Pemediasi, *Jurnal Manajemen*, 9 (2), 597–616.

- Irawati, A., & Darmajaya, I. (2019). Pengaruh Stres Kerja, Motivasi Kerja, Kompensasi terhadap Kinerja Karyawan Pengaruh Stres Kerja , Motivasi Kerja , Kompensasi terhadap Kinerja Karyawan Dengan Lama Kerja Sebagai Variabel Moderating. *Jurnal Ilmu Akuntansi*, 20 (18) <https://doi.org/10.15408/akt.v11i1.8789>
- Ismail, H. N., & Gali, N. (2017). *Relationships among performance appraisal satisfaction, work-family conflict and job stress. Journal of Management and Organization*, 23 (3), 356–372. <https://doi.org/10.1017/jmo.2016.15>
- Ji, D., & Yue, Y. (2020). *Relationship Between Kindergarten Organizational Climate and Teacher Burnout: Work–Family Conflict as a Mediator. Journal Frontiers in Psychiatry*, 11 (5), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00408>
- Jones, G. R. (1986). *Socialization Tactics, Self-Efficacy, and Newcomers Adjustments to Organizations. Journal of Academy Management*, 29 (2), 262–279.
- Kadir, M. (2023). Hubungan Beban Kerja, Durasi Kerja, dan Stress Kerja dengan Kelelahan Kerja Karyawan Bank X Tahun 2021. *Journal of Public Health Education*, 3 (1), 405–410. <https://doi.org/10.53801/jphe.v3i1.155>
- Khan, F., Sufyan, M., Iqbal Malik, N., Naz, A., Bibi, N., Pakhtunkhwa, K., & Professor, A. (2020). *Mediating Effect of Burnout on the relationship between Work-Family Conflict and Organizational Commitment. International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 14 (12), 202–235
- Košir, K., Tement, S., Licardo, M., & Habe, K. (2015). *Two sides of the same coin? The role of rumination and reflection in elementary school teachers' classroom stress and burnout. International Journal of Teaching and Teacher Education*, 47 (3), 131–141. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.01.006>
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). *The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. Journal of Work and Stress*, 19 (3), 192–207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Kusuma, B. I., & Ramdan, A. H. (2023). Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit (Literature Riview). *Jurnal Sehat Masada*, 17 (1), 116–126.
- Kusumawati, P. M. (2016). Peran Stres Kerja Memediasi Pengaruh Beban Kerja

- Terhadap Burnout Perawat Rumah Sakit Daerah Mangusada Badung. *E-Jurnal Manajemen*, 3 (3), 221–255.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Lee, L. J., Wehrle, L., Ding, Y., & Ross, A. (2022). *Professional quality of life , sleep disturbance and health among nurses : A mediation analysis*, *Journal Nursing Research* 22 (3) 2771–2780. <https://doi.org/10.1002/nop2.978>
- Lineuwih, I. I., Sariwulan, T., & Fadillah, N. (2022). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, dan Work Family Conflict Terhadap Burnout Karyawan. *Sinomika Journal* 3 (3), 879–890.
- Maharja, R. (2015). Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat Di Instalasi Rawat Inap Rsu Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 4 (1), 93. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v4i1.2015.93-102>
- Majekodunmi, A. E. (2017). *Work-Family-Conflict And Family-Work-Conflict As Correlates Of Job Performance Among Working Mothers*, *Journal of Social Workers*, 7 (1), 52–62.
- Manik, K., Mahendra, O., Ekonomi, F., & Udayana, U. (2015). Pengaruh Kepemimpinan Transformasional , Disiplin Kerja , Dan Burnout Pada Kinerja Karyawan Arma Museum And Resort. *E-Jurnal Manajemen*, 4 (10), 3172–3197.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The measurement of experienced burnout*. *Journal of Organizational Behavior*, 2 (2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to do about It*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (2017). *The Measurement of Experienced Burnout*. *Journal of Organizational Behavior*. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Michelle, A., Jensen, U. T., & Stritch, J. M. (2022). *Work-Family Conflict and Burnout Amid COVID-19 : Exploring the Mitigating Effects of Instrumental Leadership and Social Belonging*. *Journal Sagepub: Public Personnel Administration*, 13 (2) <https://doi.org/10.1177/0734371X221101308>
- Mranani, M. (2018). Peran *Work Family Conflict* dan *Role Conflict* pada Intensi Keluar: Burnout sebagai Intervening. *Jurnal Manajemen Teknologi*, 17 (1), 27–39. <https://doi.org/10.12695/jmt.2018.17.1.3>

- Muhammad Hanafi, Widyana, R., & Fatmah, S. N. (2023). Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Burnout pada Perawat di RSUD X di Kabupaten Bantul Yogyakarta. *jurnal of psychology*, 17 (1), 11
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). *Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. Journal of Applied Psychology*, 81 (4), 400–410. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.4.400>
- Ningtiyas, F. A., Chamidah, S., & Riawan, R. (2022). Pengaruh Beban Kerja Berlebih, Stress Kerja, Dan Kepuasan Penilaian Kinerja Terhadap Work-Family Conflict Pada Tenaga Kesehatan Rsu Darmayu Ponorogo. *Bussman Journal : Indonesian Journal of Business and Management*, 2 (2), 400–416. <https://doi.org/10.53363/buss.v2i2.69>
- Novita Ivan Ton, Florentianus Tat, Maria Getrida Simon. (2019). Hubungan Beban Kerja Perawat Dengan Burnout Syndrome. *Chmk Health Journal*, 3 (2), 1–5.
- P.Hutagalung, U. (2019). Hubungan Kualitas Diet Dan Gangguan Tidur Dengan Obesitas Orang Dewasa Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Tegal Parang, *Journal of Sleep Research*, 15 (1) 1–146.
- Rahmita, G., Hakim, U., & Rizky, D. K. (2021). Hubungan Resiliensi dengan Stres Kerja Karyawan Bagian Layanan Pelanggan PT . X Area Jawa Timur di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding: Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 4 (1) , 201–212.
- Ramadhi., Rivai, H. A., & Lukito, H. (2021). *The Effect of Work Family Conflict on Burnout Through Work Stress as a Mediation Variabel in West Sumatra Shipping Polytechnic. Jurnal Menara Ilmu*, 15 (02), 79–89. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php>
- Rasyidin, R. M., & Nurlinda, A. A. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Stres kerja Melalui Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Perawat di Ruang Inap RSI Faisal Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14 (1), 306–312.
- Richter, A., Näswall, K., Lindfors, P., & Sverke, M. (2015). *Job insecurity and work – family conflict in teachers in Sweden : Examining their relations with longitudinal cross-lagged modeling. Journal of Psychologi*, 4 (1), 98–111. <https://doi.org/10.1002/pchj.88>
- Rizqiansyah, M. Z. A., Hanurawan, F., & Setiyowati, N. (2017). Hubungan Antara Beban Kerja Fisik Dan Beban Kerja Mental Berbasis Ergonomi Terhadap Tingkat Kejenuhan Kerja Pada Karyawan Pt Jasa Marga (Persero) Tbk Cabang Surabaya Gempol. *Jurnal Sains Psikologi*, 6 (1), 37-42.

<https://doi.org/10.17977/um023v6i12017>

- Robbins, S.P. and Judge, T.A. (2015). *Organizational Behavior* (Perilaku Organisasi): Salemba Empat
- Roberts, J. A., Lapidus, R. S., & Chonko, L. B. (1997). *Salespeople and Stress: The Moderating Role of Locus of Control on Work Stressors and Felt Stress. Journal of Marketing Theory and Practice*, 5 (3), 93–108. <https://doi.org/10.1080/10696679.1997.11501773>
- Rosdikasari, V. (2021). Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Burnout Bagi Petugas Laboratorium Di Rumah Sakit Persahabatan Jakarta, *Jurnal Perilaku Organisasi*, 20 (2), 109-126
- Saedpanah, K., Ghasemi, M., Akbari, H., Abidzadeh, A., & Akbari, 5. Hamed. (2023). *Effects of workload and job stress on the shift work disorders among nurses: PLS SEM modeling. European Journal of Translational Myology*, 88 (4), 129–138. <https://doi.org/10.4081/ejtm.2023.10909>
- Samuel, B. (1998). *Work-home conflict among nurses and engineers : mediating the impact of role stress on burnout and satisfaction at work, Journal of Organizational Behavior*, 12 (9), 39–53. <https://dx.doi.org/10.1002/job.4030120104>
- Saleh, Muhammad Lalu., Russeng, S., S., Tadjuddin, Istiana. 2020. “Management Stres Kerja.” ISBN : 978-623-02-1240-6. Deepublish Publisher : Yogyakarta.
- Sedjati, W. W. . W. H. . N. A. (2023). Stres Kerja, Dukungan Keluarga, Work-Family Conflict Dengan Work-Life Balance, Work Stress, Support Family, and Work-Family Conflict With Work-Life Balance. *Reswara Journal of Psychology*, 2 (1), 1–17.
- Schaufeli, W. B., Shimazu, A., Hakanen, J., Salanova, M., & De Witte, H. (2019). *An ultra-short measure for work engagement: The UWES-3 validation across five countries. European Journal of Psychological Assessment*, 35 (4), 577–591. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000430>
- Sinval, J., Queirós, C., Pasian, S., & Marôco, J. (2019). *Transcultural adaptation of the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for Brazil and Portugal. Journal Frontiers in Psychology*, 10 (3). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00338>
- Snape, J., & Cavanagh, S. J. (1993). *Occupational stress in neurosurgical nursing, Journal intensif and critical care nursing*, 9 (3) 162–170.
- Shirom, A., Westman, M., Shamai, O. and Carel, R.S. (1997) *Effects of Work Overload and Burnout on Cholesterol and Triglycerides Levels: The*

Moderating Effects of Emotional Reactivity among Male and Female Employees. Journal of Occupational Health Psychology, 2 (1), 275-288.
<http://dx.doi.org/10.1037/1076-8998.2.4.275>

Shirom, A., Toker, S., Melamed, S., Berliner, S., & Shapira, I. (2013). *Burnout and Vigor as Predictors of the Incidence of Hyperlipidemia among Healthy Employees. Applied Psychology: Journal of Health and Well-Being, 5 (1), 79–98.* <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2012.01071.x>

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta

Susanto, S. (2010). Analisis Pengaruh Konflik Kerja-Keluarga terhadap Kepuasan Kerja Pengusaha Wanita di Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Ekonomi ASET, 12 (1), 75–85*

Terwee, C. B., van Litsenburg, R. R. L., Elsman, E. B. M., & Roorda, L. D. (2022). *Psychometric properties and reference values of the Patient-Reported Outcomes Measurement Information System (Promis) sleep item banks in the Dutch general population. Journal of Sleep Research, 22 (2), 1–14.* <https://doi.org/10.1111/jsr.13753>

V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022). Hubungan antara kualitas tidur, beban kerja fisik terhadap perasaan kelelahan kerja pada perawat. *Journal of Psychologi , 33 (1), 1–12*

Vanchapo. (2020). Hubungan antara tuntutan pekerjaan dengan stres kerja pada anggota satuan polisi pamong praja. *Jurnal Penelitian Psikologi, 8 (2), 126–136*

Vercruyssen, Anina, Putte, V. de, & Bart. (2013). *Work–family conflict and stress: indications of the distinctiveness of role combination stress for Belgian working mothers, Journal of Community Work and Family. 4 (1) 37-41*

Wang, H., & Fan, X. (2023). *Academic Stress and Sleep Quality among Chinese Adolescents: Chain Mediating Effects of Anxiety and School Burnout. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20 (3).* <https://doi.org/10.3390/ijerph20032219>

Wenefrida Ardhian Ayu Hardiani. (2021). Pengaruh Work Family Conflict Dan Beban Kerja Terhadap Burnout dan Dampaknya Pada Cyberloafing. *Jurnal Visi Manajemen, 7 (1), 14–30.* <https://doi.org/10.56910/jvm.v7i1.149>

Wianta, I. G. B. & Sutiari, N. K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Subjektif Pada Pegawai Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 9 (1), 143.* <https://doi.org/10.24843/ach.2022.v09.i01.p10>

- Winda Amiar, E. S. (2020). Pentingnya Perilaku Caring dalam Pemberian Asuhan Keperawatan. *Indonesian Journal of Nursing Science and Practice*, 11 (1), 42–47.
- Wold, H. (1985) Partial Least Squares. In: Kotz, S. and Johnson, N.L., Eds., *Encyclopedia of Statistical Sciences*, Vol. 6, John Wiley, New York, 581-591
- Wulandari, N. I., & Adiputra, L. M. I. S. H. (2014). Hubungan gangguan tidur dengan kelelahan pada sistem kerja bergilir, *Jurnal Ekonomi Indonesia*, 1 (1), 51–60.
- Yantu, I., Bokingo, A. H., & Pade, M. R. D. (2023). Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Turnover Intention Pada Tenaga Kontrak Di Rumah Sakit Aloe Saboe Kota Gorontalo. *Publik: Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, Administrasi Dan Pelayanan Publik*, 10 (1), 104–110. <https://doi.org/10.37606/publik.v10i1.528>
- Zarei, S., & Fooladvand, K. (2022). *Mediating effect of sleep disturbance and rumination on work-related burnout of nurses treating patients with coronavirus disease*. *Journal BMC Psychology*, 10 (1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00905-6>
- Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W., & Ding, W. (2022). *The Relationship Between Teacher Job Stress and Burnout: A Moderated Mediation Model*. *Journal Frontiers in Psychology*, 12 (1), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.784243>
- Zhao, X., Lynch, J. G., & Chen, Q. (2010). *Myths and truths about mediation analysis*. *Journal of Consumer Research*, 37 (2), 197–206. <https://doi.org/10.1086/651257>