

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Y., Tewal, B., & Taroreh, R. N. (2019). Pengaruh stres kerja, beban kerja, dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan pada Pt. Fif Group Manado. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 7(3).
- Aulya, R. (2022). Hubungan antara beban kerja Mental dan Dukungan Keluarga terhadap stres kerja pada pengemudi ojek online komunitas KBGB Siliwangi Bogor Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)
- Agatha, C. M. N. (2020). Pengukuran Beban Kerja Mental Menggunakan Metode Nasa-Tlx Pada Sopir Angkutan Umum Di Kota Malang (Doctoral dissertation, Institut Teknologi Nasional Malang).
- Hardiansi, D. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada pengemudi angkutan kota (angkot) kota jambi tahun 2021 (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Hidayat, J., & Istriana, E. (2019). Hubungan lama mengemudi dan tingkat stres pada supir bus antar kota. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 2(1), 34-38.
- Maha, A. K. K., & Herawati, J. (2022). Analisis Pengaruh Stress Kerja, Lingkungan Kerja, Beban Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap Karyawan Di Pt Natural Nusantara (Nasa) Yogyakarta. Derivatif: *Jurnal Manajemen*, 16(1), 212-222.
- Musa, M. N. D., & Surijadi, H. (2020). Pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja pegawai. *Public Policy*, 1(2), 101-114.
- Nurul, S., Rizqiani, A., & Amelia, A. R. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Sopir AKAP. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(4), 775-784.
- Ovaria, S. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pengemudi Bus Akap ( Antar Kota Antar Provinsi) PO NPM Kota Padang tahun 2020 ( doctoral dissertation, Universitas Andalas )
- Pradana, F. A. P., & Mawardi, M. (2021). Pengembangan Instrumen Penilaian Sikap Disiplin Menggunakan Skala Likert dalam Pembelajaran Tematik Kelas IV SD. *Fondatia*, 5(1), 13-29.
- Pratiwi, D. (2022). Pengukuran Beban Kerja Mental dengan Menggunakan Metode Nasa-TLX di CV Maju Sejahtera Lestari Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Rohmah, N. N., & Zulhadi, Z. (2022). Analisis Beban Kerja Fisik dan Stres Kerja pada Supir Bus Akap (Antar Kota Antar Provinsi) Jurusan Yogyakarta-Surabaya di Terminal Giwangan Yogyakarta. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 58-64.
- Rohyani, I., & Bayuardi, P. (2021). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan Job Insecurity Terhadap Burnout Pada Sopir PT Berkah Rahayu Indonesia di Kebumen. *Majalah Imiah Manajemen dan Bisnis*, 18(2), 101-107.
- Salim, G., Suoth, L. F., & Malonda, N. S. (2019). Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Sopir Angkutan Umum Trayek Karombasan–Malalayang Kota Manado. *Kesmas*, 8(7).
- Saputra, A. E., & Hartono, B. (2021). Hubungan antara Usia, Berat Badan dan

- Beban Kerja terhadap Kejadian Kelelahan Kerja pada Sopir Angkutan Kota (Angkot) di Kota Depok Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 16(1), 22-27.
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas dan reliabilitas terhadap instrumen kepuasan kerja. *Aliansi: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 17(2).
- Ovaria, S. (2020). Faktor- faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pengemudi bus akap ( Antar Kota Antar Provinsi) PO NPM Kota Padang Tahun 2020 ( Doctoral dissertation, Universitas Andalas)
- Tonapa, E. P., Kawatu, P. A., & Kapantow, N. H. (2022). Hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja dengan stres kerja tenaga kesehatan pada masa pandemi covid-19 di puskesmas Bandar Khalipah Kabupaten Deli Serdang. *KESMAS*, 11(5).
- Trisminingsih, K. A. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja Pada Masinis Upt Crew Kereta Api Blitar Daerah Operasional Vii Madiun Pt. Kereta Api Indonesia (Persero). *Medical Technology and Public Health Journal*, 3(2), 170-175.
- Wahab, W., & Andika, P. (2019). Studi analisis pemilihan moda transportasi umum darat di Kota Padang antara kereta api dan bus Damri bandara internasional Minangkabau. *Jurnal Teknik Sipil Institut Teknologi Padang*, 6(1), 30-37.
- Zulkifli, Z., Rahayu, ST, & Akbar, SA (2019). Hubungan usia, masa kerja dan beban kerja dengan stres kerja pada karyawan service well company PT. Elnusa Tbk Wilayah Muara Badak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* , 5 (1), 46-61.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## LAMPIRAN

### Lampiran Kuesioner Alat Ukur Stres Kerja

Nama/ Umur : \_\_\_\_\_

Masa kerja : \_\_\_\_\_

Durasi Mengemudi/ Lama bekerja : \_\_\_\_\_ jam / hari

#### 1. Stres Kerja

##### A. Perubahan Fisiologis ( Stres Kerja 1/2) (Dialami selama 3 bulan terakhir)

No	Pertanyaan	Tidak Pernah	Kadang	Sering	Sangat Sering
1.	Mulut terasa kering				
2.	Otot terasa kaku dan tegang				
3.	Anda merasa ada gumpalan di tenggorokan atau perasaan tersendat				
4.	Tangan anda gemetar tanpa diketahui penyebabnya				
5.	Sesak napas meskipun sedang tidak bekerja yang berat				
6.	Anda merasa jantung anda berdetak dengan cepat				
7.	Tangan berkeringat banyak				
8.	Anda mengalami sakit perutsaat gugup atau bingung				
9.	Kehilangan nafsu makan				

##### B. Perubahan Psikologis Stres Kerja (2/2)

Keterangan :

Hampir tidak pernah (kurang dari 1 hari); Jarang terjadi (sekitar 1-2 hari);

Kadang-kadang terjadi (sekitar 3-4 hari); Hampir terjadi setiapwaktu (sekitar 5-7hari)

No	Pertanyaan	Hampir tidak pernah	Jarang terjadi	Kadang-kadang terjadi	Hampir terjadi setiap waktu
1.	Saya merasa gelisah saat tidur				
2.	Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja				
3.	Saya merasa hidup saya merupakan sebuah kegagalan				
4.	Saya berbicara lebih sedikit dari Biasanya				
5.	Saya merasa orang-orang tidak ramah				
6.	Saya mudah menangis				
7.	Saya merasa orang-orang tidak menyukai saya				
8.	Saya sulit mengalihkan perhatian saya				

### Lampiran Kuesioner Alat Ukur Beban Kerja Mental NASA-TLX

Nama :

Umur :

Menurut anda manakah dari pasangan pilihan dibawah ini yang anda rasa lebih dominan dalam menyelesaikan pekerjaan anda? (Coret yang lebih dominan)

Contoh:

Kebutuhan Mental (KM)     Kebutuhan Fisik (KF)

Artinya, Kebutuhan Mental lebih dominan daripada Kebutuhan Fisik

Kebutuhan Mental (KM)     Kebutuhan Fisik (KF)

Kebutuhan Mental (KM)     Kebutuhan Waktu (KW)

Kebutuhan Mental (KM)     Performansi (P)

Kebutuhan Mental (KM)     Tingkat Usaha (TU)

Kebutuhan Mental (KM)     Tingkat Frustrasi (TF)

Kebutuhan Fisik (KF)     Kebutuhan Waktu (KW)

Kebutuhan Fisik (KF)     Performansi (P)

Kebutuhan Fisik (KF)     Tingkat Usaha (TU)

Kebutuhan Fisik (KF)     Tingkat Frustrasi (TF)

Kebutuhan Waktu (KW)     Performansi (P)

Kebutuhan Waktu (KW)     Tingkat Usaha (TU)

Kebutuhan Waktu (KW)     Tingkat Frustrasi (TF)

Performansi (P)     Tingkat Usaha (TU)

Performansi (P)     Tingkat Frustrasi (TF)

Tingkat Usaha (TU)     Tingkat Frustrasi (TF)

A. Berilah skala jawaban anda dengan melingkari pada skala jawaban dibawah ini. Contoh:

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

1. **Kebutuhan Mental**

Seberapa besar tuntutan aktivitas mental yang dibutuhkan dalam mengemudi? (Contoh: berpikir, memutuskan, mengingat, melihat, mencari).

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

2. **Kebutuhan Fisik**

Seberapa besar tuntutan aktivitas fisik yang dibutuhkan dalam mengemudi? (Contoh: mendorong, menarik, memutar, mengontrol, menjalankan).

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

3. **Kebutuhan Waktu**

Seberapa banyak tekanan waktu yang dirasakan selama mengemudi dalam rangka mengantar atau menjemput penumpang?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

4. **Performansi**

Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan anda?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

5. **Tingkat Usaha**

Seberapa besar usaha anda secara mental dan fisik untuk menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan performansi anda?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

6. **Tingkat Frustrasi**

Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa, tersinggung, stress dan terganggu dibanding dengan perasaan aman, puas, cocok, nyaman dan kepuasan diri yang dirasakan selama mengerjakan pekerjaan tersebut?

0	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

## Lampiran Surat Izin Penelitian

04/07/24, 11.48

siselma.uinsu.ac.id/pengajuan/cetakaktif/MTUyMTEy



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jl. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371  
Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B.1857/Un.11/KM.I/PP.00.9/07/2024 04 Juli 2024  
Lampiran : -  
Hal : Izin Riset

Yth. Bapak/Ibu Kepala PT Rahayu Medan Ceria

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama : Siti Aldina Nur Hasanah  
NIM : 0801191166  
Tempat/Tanggal Lahir : Pematangsiantar, 25 Oktober  
2001 Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Semester : IX (Sembilan)  
Alamat : Jl. Nagahuta blok 1 Kelurahan Setia negara Kecamatan Siantar Sitalasari

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Komplek Setiabudi Center blok. B No. 12, Jl. Setia budi, Medan Perjuangan, Tunggul, Tj. Rejo, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi (Karya Ilmiah) yang berjudul:

**Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja pada Pengemudi di PT Rahayu Medan Ceria Trayek 103 kota Medan**

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 04 Juli 2024  
a.n. DEKAN  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan  
Kelembagaan



*Digitaly Signed*

**Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA**  
NIP. 197311122000031002

Tembusan:

- Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara Medan

Info : Silahkan scan QRCode diatas dan klik link yang muncul, untuk mengetahui keaslian surat

## Lampiran Surat Balasan Penelitian



Kepada Yth:  
Bapak/Ibu Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
 Di Tempat.

### SURAT KETERANGAN

No.00129/SK/VII/24

Dengan hormat,

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ricky Median Munthe  
 Jabatan : Wakil Direktur  
 Alamat : Jl. Setia Budi Komplek SBC Blok B No. 12 Medan

Menerangkan bahwa:

Nama : Siti Aldina Nur Hasanah  
 NIM : 0801191166  
 Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
 Semester : IX (Sembilan)  
 Fakultas : Jl. Nagahuta Blok I Kelurahan Setia Negara Kecamatan Siantar  
 Sitalasari

Adalah **benar** telah diberi izin melakukan penelitian pada tanggal 05 Juli 2024 – 19 Juli 2024 di perusahaan kami, PT. Rahayu Medan Ceria untuk penyusunan skripsi program Strata 1 dengan judul skripsi:

***“Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja pada Pengemudi di PT. Rahayu Medan Ceria Trayek 103 kota Medan”***

Demikian surat keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya agar dipergunakan sebagaimana mestinya, dan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Medan, 05 Juli 2024

Ricky Median Munthe  
 Wakil Direktur





**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,855	17

**Uji Univariat****KSK**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	14	18,2	18,2	18,2
tinggi	63	81,8	81,8	100,0
Total	77	100,0	100,0	

**KBKM**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid agak tinggi	19	24,7	24,7	24,7
tinggi	43	55,8	55,8	80,5
tinggi sekali	15	19,5	19,5	100,0
Total	77	100,0	100,0	

**Uji Bivariat****Correlations**

		Stress Kerja	Beban Kerja Mental
Stress Kerja	Pearson Correlation	1	,236*
	Sig. (2-tailed)		,039
	N	77	77
Beban Kerja Mental	Pearson Correlation	,236*	1
	Sig. (2-tailed)	,039	
	N	77	77

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

SUMATERA UTARA MEDAN

## Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		77
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	15,96753587
Most Extreme Differences	Absolute	,104
	Positive	,104
	Negative	-,104
Kolmogorov-Smirnov Z		,913
Asymp. Sig. (2-tailed)		,374

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## Uji Linearitas

uj

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Beban Kerja Mental * Stress Kerja	Between Groups	(Combined)	6349,069	16	396,817	1,680	,076
		Linearity	1146,041	1	1146,041	4,851	,031
		Deviation from Linearity	5203,027	15	346,868	1,468	,147
	Within Groups		14174,100	60	236,235		
	Total		20523,169	76			

## Lampiran Dokumentasi Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI



Ket: Wawancara Pengemudi Angkot 103 di Pangkalan Jl. Gatot Subroto



Ket : Wawancara Pengemudi angkot 103 di Pangkalan Pancur Batu



Ket : Pangkalan Angkot Pancur Batu

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN



Ket : Pangkalan Angkot Jamin Ginting



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN