

**PENGARUH *WORKLOAD* DAN *JOB STRESS*
TERHADAP *JOB SATISFACTION* PADA PEKERJA GENERASI Z**

SKRIPSI



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

**JANUAR JUNIOR
11020122074**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2026**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh *workload* dan *job stress* terhadap *job satisfaction* pada pekerja generasi Z**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacuan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 31 Desember 2025



Januar Junior

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

PENGARUH *WORKLOAD* DAN *JOB STRESS* TERHADAP *JOB SATISFACTION* PADA PEKERJA GENERASI Z

Oleh

JANUAR JUNIOR

11020122074

Telah Disetujui untuk Diajukan pada Seminar Skripsi

Surabaya, 31 Desember 2025

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



H.M. Fahmi Aufar Asyraf, B. Ed., M. A.
NIP. 199109302020121012



Prof. Dr. Abdul Muhid, M. Si
NIP. 197502052003121002

SKRIPSI

**PENGARUH *WORKLOAD* DAN *JOB STRESS*
TERHADAP *JOB SATISFACTION* PADA PEKERJA GENERASI Z**

Yang disusun oleh

Januar Junior

11020122074

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 06 Januari 2026



Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam

Nip. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji

Penguji I

H. M. Fahmi Aufar Asyraf/B. Ed., M.A

Nip. 199109302020121012

Penguji II

Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si

Nip. 197502052003121002

Penguji III

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog

Nip. 197711162008012018

Penguji IV

Dr. Malikah, S.Ag, M.Psi

Nip. 197203122009122001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Januar Junior

NIM : 11020122074

Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi & Kesehatan/ Prodi Psikologi

E-mail address : januarjunior03@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh *Workload* dan *Job Stress* terhadap *Job Satisfaction* pada Pekerja Generasi Z

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Januari 2025

Penulis



(Januar Junior)

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II.....	13
KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. <i>Job Satisfaction</i>	13
1. Definisi <i>Job Satisfaction</i>	13
2. Aspek-Aspek <i>Job Satisfaction</i>	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Job Satisfaction</i>	17
B. <i>Workload</i>	19
1. Definisi <i>Workload</i>	19
2. Aspek-Aspek <i>Workload</i>	21
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Workload</i>	22

C. <i>Job Stress</i>	24
1. Definisi <i>Job Stress</i>	24
2. Aspek-Aspek <i>Job Stress</i>	25
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Job Stress</i>	26
D. Hubungan Antar Variabel	27
E. Kerangka Teoritis	29
F. Hipotesis	31
BAB III	32
METODE PENELITIAN	32
A. Variabel dan Definisi Operasional	32
1. Identifikasi Variabel	32
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	34
1. Populasi	34
2. Sampel	34
3. Teknik Sampling	36
4. Instrumen Penelitian	36
C. Uji Validitas dan Reliabilitas	42
D. Analisis Data	47
BAB IV	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
1. Deskripsi Subjek	51
2. Deskripsi Data Statistik	55
3. Data Tabulasi Silang	58
4. Pengujian Validitas dan Reliabilitas	62
5. Pengujian Asumsi Klasik	69
6. Pengujian Hipotesis	72
B. Pembahasan	76

BAB V.....	82
PENUTUP.....	82
A. Simpulan	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	102



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print <i>Job Satisfaction</i>	38
Tabel 2. Blue Print Skala NASA – (TLX).....	40
Tabel 3. Pembobotan Skala NASA-TLX.....	40
Tabel 4. Blue Print Skala <i>Job Stress Scale</i>	42
Tabel 5. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	51
Tabel 6. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Usia	52
Tabel 7. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Domisili Tempat Tinggal	53
Tabel 8. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Masa Bekerja.....	54
Tabel 9. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Status Pekerjaan	54
Tabel 10. Statistik Deskriptif	55
Tabel 11. Rumus Kategorisasi Variabel.....	56
Tabel 12. Kategorisasi <i>Job Satisfaction</i> pada Subjek	57
Tabel 13. Kategorisasi <i>Workload</i> pada Subjek	57
Tabel 14. Kategorisasi <i>Job Stress</i> pada Subjek.....	58
Tabel 15. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Job Satisfaction</i>	59
Tabel 16. Tabulasi Silang Usia dengan <i>Job Satisfaction</i>	59
Tabel 17. Tabulasi Silang Wilayah Domisili dengan <i>Job Satisfaction</i>	60
Tabel 18. Tabulasi Silang Masa Kerja dengan <i>Job Satisfaction</i>	61
Tabel 19. Tabulasi Silang Status Pekerjaan dengan <i>Job Satisfaction</i>	62
Tabel 20. Hasil Uji Validitas <i>Job Satisfaction</i>	64
Tabel 21. Hasil Uji Validitas <i>Workload</i>	66
Tabel 22. Hasil Uji Validitas <i>Job Stress</i>	67
Tabel 23. Hasil Uji Reliabilitas.....	69
Tabel 24. Uji Normalitas Data Penelitian	70
Tabel 25 Uji Heterokedastisitas Data Penelitian.....	71
Tabel 26. Uji Multikolinearitas Data Penelitian	72
Tabel 27 Uji Koefisien Determinasi dan Uji F	73
Tabel 28. Hasil Uji t Parsial	74
Tabel 29. Rumus Sumbangan Efektif	75
Tabel 30. Sumbangan Efektif <i>Workload</i> dan <i>Job Stress</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i> ..	76

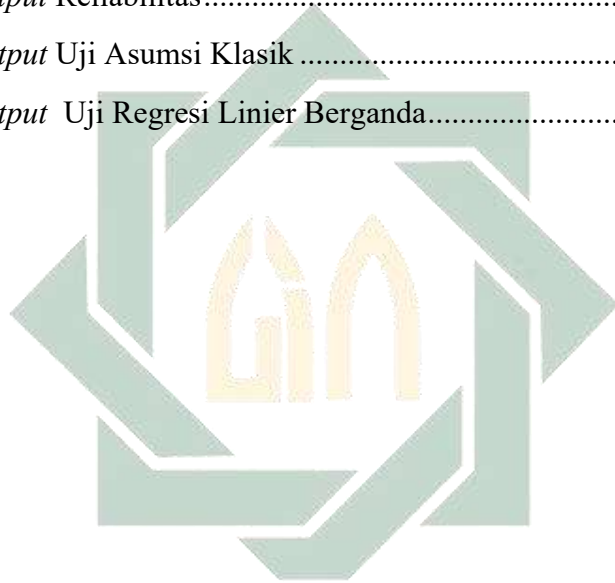
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	31
-------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	103
Lampiran 2 Hasil Kuesioner Penelitian	110
Lampiran 3 <i>Output</i> Kategorisasi Excel	155
Lampiran 4 <i>Output Crosstabulation</i>	156
Lampiran 5 <i>Output</i> Validitas Aiken-V dan CFA	165
Lampiran 6 <i>Output</i> Reliabilitas.....	172
Lampiran 7 <i>Output</i> Uji Asumsi Klasik	184
Lampiran 8 <i>Output</i> Uji Regresi Linier Berganda.....	188

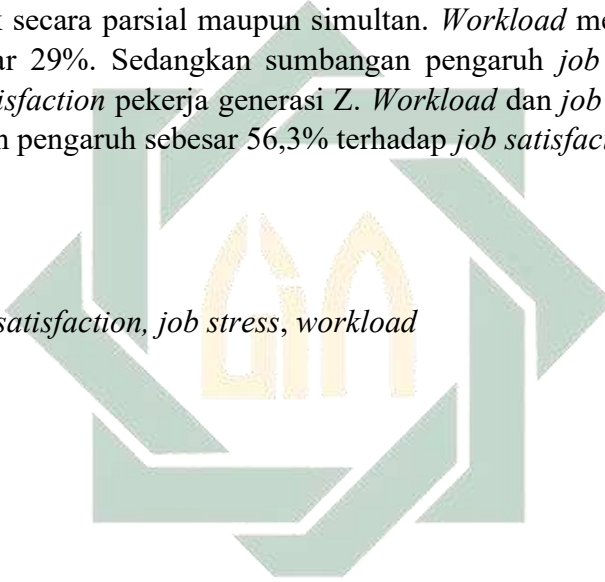


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah **menguji** pengaruh *workload* dan *job stress* terhadap *job satisfaction* pada pekerja generasi Z. Penelitian ini menggunakan **metode** kuantitatif korelasional. Untuk mendapatkan data, peneliti menyebarkan angket kepada 393 subjek penelitian dengan kriteria pekerja aktif, berusia sekitar 13-28 tahun, pengalaman bekerja minimal 1 tahun, bekerja disektor formal organisasi/perusahaan, dan lokasi pekerjaan di Surabaya. Data yang telah dikumpulkan dianalisis dengan teknik analisis regresi linier berganda dengan perangkat *software jamovi*. **Hasil penelitian** menunjukkan adanya pengaruh dan signifikansi *workload* dan *job stress* terhadap *job satisfaction* baik secara parsial maupun simultan. *Workload* memberikan sumbangan pengaruh sebesar 29%. Sedangkan sumbangan pengaruh *job stress* sebesar 27,3% terhadap *job satisfaction* pekerja generasi Z. *Workload* dan *job stress* secara simultan menyumbangkan pengaruh sebesar 56,3% terhadap *job satisfaction*.

Kata kunci: *job satisfaction, job stress, workload*

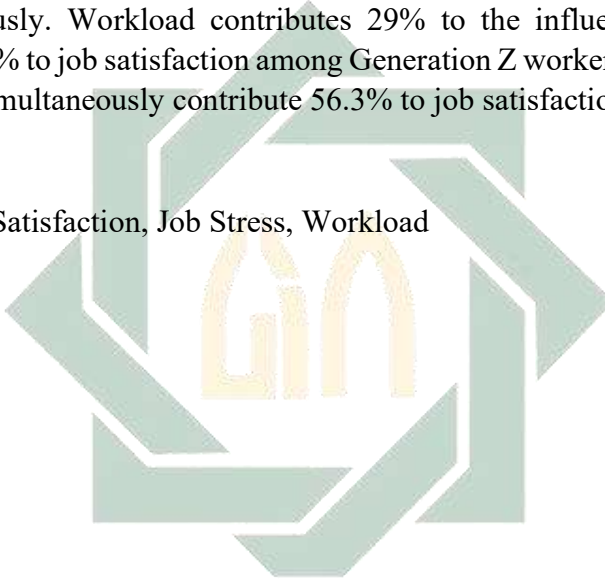


UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the influence of workload and job stress on job satisfaction among Generation Z workers. This study employs a quantitative correlational method. Data was collected through questionnaires distributed to 393 research subjects with the criteria of active workers, aged approximately 13-28 years, having at least 1 year of work experience, working in formal organizations/companies, and located in Surabaya. The collected data was analyzed using multiple linear regression analysis technique with Jamovi software. The research results indicate a significant influence of both workload and job stress on job satisfaction, both partially and simultaneously. Workload contributes 29% to the influence, while job stress contributes 27.3% to job satisfaction among Generation Z workers. Together, workload and job stress simultaneously contribute 56.3% to job satisfaction.

Keywords: Job Satisfaction, Job Stress, Workload



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- 'Aini, Z. K., & Paskarini, I. (2022). Hubungan Beban Kerja Fisik dan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja Subjektif Pekerja Shift (Studi Pada Pekerja Shift di Puskesmas Kepohbaru, Kab. Bojonegoro). *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(4), 596–610. <https://doi.org/10.22487/preventif.v13i4.330>
- Adamopoulos, I. P. (2022). Job Satisfaction in Public Health Care Sector, Measures Scales and Theoretical Background. *European Journal of Environment and Public Health*, 6(2), em0116. <https://doi.org/10.21601/ejeph/12187>
- Adamopoulos, I. P., & Syrou, N. F. (2022). Associations and Correlations of Job Stress, Job Satisfaction and Burn out in Public Health Sector. *European Journal of Environment and Public Health*, 6(2), em0113. <https://doi.org/10.21601/ejeph/12166>
- Adipura, & Puspitasari, K. A. (2022). Pengaruh Disiplin Kerja, Motivasi Kerja, Dan Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Dengan Lingkungan Kerja Sebagai Variabel Moderasi (Studi Pada Gejayan Innova). *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Akuntansi*, 1(3), 1–25.
- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings, educational and psychological measurement. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131–142.
- Aisy Factcha Ridatul, Syaqiq Muhammad, Kurniawan Devi Dwi, et al. (2025). Pengaruh Beban Kerja dan Work Life Balance Terhadap Kinerja Karyawan Generasi Z Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening (Studi kasus pada angkatan kerja Gen Z di Kabupaten Batang). *Journal House of Business, Economics, Accounting, and Management, Volume 1* .(1), 30–39.
- Aisyah, S., Nurzia, N., Riastawaty, D., Dwisiswanarum, B., Kedokteran, F., & Jambi, U. A. (2025). *Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pekerja di PT . Bata Merah Tahun 2025*. 01, 36–40.
- Alfian, F. Y., Lukman Hakim, & Ridza, M. R. R. (2025). Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan pada PT Gudang Garam, Tbk. Cabang Lampung. *Akademika Journal*, 15(2), 117–122.
- AlKahtani, N. S., Iqbal, S., Sohail, M., Sheraz, F., Jahan, S., Anwar, B., & Haider, S. A. (2021). Impact of employee empowerment on organizational commitment through job satisfaction in four and five stars hotel industry. *Management Science Letters*, 11, 813–822. <https://doi.org/10.5267/j.msl.2020.10.022>
- Alkhateeb, M., Althabaiti, K., Ahmed, S., Lövestad, S., & Khan, J. (2025). A systematic review of the determinants of job satisfaction in healthcare workers in

- health facilities in Gulf Cooperation Council countries. *Global Health Action*, 18(1). <https://doi.org/10.1080/16549716.2025.2479910>
- Amaradipta, O. G., Winarsunu, T., & Pertiwi, R. E. (2022). Hubungan persepsi dukungan organisasi terhadap kepuasan kerja pada karyawan. *Cognicia*, 10(2), 132–140. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i2.22472>
- Amri, & Herizal. (2019). Analisis Beban Kerja Psikologis dengan Menggunakan Metode NASA-TLX pada Operator Departemen Fiber Line di PT. Toba Pulp Lestari. *Industrial Engineering Journal*, 6(1), 29–35.
- Anastasi, A. (1976). *Psychological Testing Fourth Edition*. Macmillan Publishing Co., Inc.
- Andinni, L. A., & Harun, P. (2024). Pengaruh Lingkungan Kerja, Beban Kerja Dan Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja Serta Dampaknya Terhadap Loyalitas Karyawan (Studi Kasus Pada Karyawan Pt. X Yang Bekerja Di Customer Product Division). *Journal of Accounting, Management and Islamic Economics*, 2(1), 187–206. <https://doi.org/10.35384/jamie.v2i1.541>
- Anifah, & Foeh, J. E. H. J. (2022). Faktor Pengaruh Kepuasan Kerja Dan Loyalitas Kerja. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 22(3), 253–266.
- Aniqa, A., Marliani, S., & Yuliawati, J. (2025). The Effect of Workload and Work Environment on Employee Performance at PT Sugity Creatives Plant 2 Karawang. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 6(3), 3178–3189. <http://journal.yrpiiku.com/index.php/msej>
- Anshory, B., Widada, D., & Fathimahhayati, L. D. (2023). Analisis Hubungan Beban Kerja Mental Dan Fisik Terhadap Kelelahan Kerja Pada Perawat. *Jurnal Teknik Industri: Jurnal Hasil Penelitian Dan Karya Ilmiah Dalam Bidang Teknik Industri*, 9(2), 454. <https://doi.org/10.24014/jti.v9i2.22102>
- APA. (2014). *Standards for Educational and Psychological Testing*. American Educational Research Association.
- Aprilia, A. L., Hartono, E., Wibowo, S. N., & Cirebon, K. (2022). Pengaruh Konflik dan Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di PT PG Rajawali II Unit PSA Palimanan. 273–288.
- Aprilia, A., & Setiawan, R. (2022). Analisis Kepuasan Kerja dari Perspektif Gender. *Ilmiah, Jurnal Muhammadiyah, Universitas*, 8(4), 1018–1027.
- Aprillina, N., & Razak, I. (2021). Pengaruh Komunikasi, Lingkungan Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pt. Kreasicipta Aksesdasisindo Jakarta. *Jurnal Ekonomi Dan Industri*, 22(3). <https://doi.org/10.35137/jei.v22i3.612>

- Aslan, M., Sönmez, S., & Deniz, M. (2025). Leadership styles and work stress: the role of workplace climate and feelings of entrapment. *Current Psychology*, 44(7), 6407–6420. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07656-8>
- Astuti, R. D., Herawati, J., & Septyarini, E. (2022). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan :Studi Kasus pada PT Wika-WgKso Proyek Pembangunan Gedung Sglc & Eric. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 4(4), 1119–1136. <https://doi.org/10.47476/reslaj.v4i4.1065>
- Auliana, I., & Achmad, N. (2023). Pengaruh Knowledge Management dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening. *Universitas Islam Indonesia*, 11(1), 1–5. https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/5737%0Ahttps://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/5737/15911093_FAJAR_KURNIAWAN_MM46_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Pelajar.
- Azzahra, S., Ilmi, Z., & Wijaya, A. (2021). *The Influence of Role Ambiguity , Job Stress and Leadership on Job Satisfaction and Employee Turnover at PT . Bank BRI Syariah Samarinda*. 6663, 15–23. <https://doi.org/10.36348/sjbms.2021.v06i01.003>
- B. Isyandi, Agus Taufiq, & Saputra, T. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Kerja Karyawan Rumah Sakit Mata Pbec. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Dan Bisnis*, 19(2), 172–179. <https://doi.org/10.31849/jieb.v19i2.7169>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (1980). *Job Demands – Resources Theory. III*. <https://doi.org/10.1002/9781118539415.wbwell019>
- Basori, S., Yatinigrum, A., & Widayanto, M. T. (2025). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Amak Firdaus Utomo Kota Probolinggo. *JUMAD : Journal Management, Accounting, & Digital Business*, 2(6), 841–850. <https://doi.org/10.51747/jumad.v2i6.2121>
- BPS. (2025). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin, 2025*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/WVc0MGEyMXBkVFUxY25KeE9HdDZkbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin--2023.html>
- BPS Surabaya. (2022). *Badan Pusat Statistik Surabaya*. <https://surabayakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjM2IzI=/jumlah-penduduk-surabaya-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur.html>
- Brand, D., & Walker, S. (2022). Leadership, Millenials, And Job Satisfaction. *IJHCM*

- (*International Journal of Human Capital Management*), 5(2), 82–96.
<https://doi.org/10.21009/ijhcm.05.02.8>
- Cahyadi, R., Adithio, R., & Santoso, A. B. (2023). The influence of workload and compensation on employee satisfaction. *Prisma Sains : Jurnal Pengkajian Ilmu Dan Pembelajaran Matematika Dan IPA IKIP Mataram*, 11(1), 146.
<https://doi.org/10.33394/j-ps.v11i1.6618>
- Cesilia, R., & Kosasih. (2024). *Pengaruh Beban Kerja dan Kelelahan Kerja terhadap Kinerja Perawat*. 4(10), 909–922.
- Cici, C., Firayanti, Y., & Mahardhika, T. (2025). Analisis Faktor Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada (ABK) Kapal AKRA 90 PT. AKR Sea Transport). *AKSIOMA : Jurnal Sains Ekonomi Dan Edukasi*, 2(2), 536–549.
<https://doi.org/10.62335/aksioma.v2i2.901>
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design Qualitative, Quantitative and Mixed Menthods Approches*. Sage Publications, Inc.
- Creswell J. W., & D., C. J. (2023). Research Design: Qulitative, quantitative and mixed methods approaches. In *SAGE Publications, Inc.*
<https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Dani, N., Asnawi, A., & Arfani, M. (2025). terhadap Kepuasan Kerja pada Generasi Z di Kota Surabaya. *Jurnal Kajian Ekonomi & Bisnis Islam*, 6(1), 351–369.
- Dani, N., Asnawi, A., & Mochammad, A. (2025). Pengaruh Work-life balance , Motivasi , Self-efficacy , dan Kompensasi. *Jurnal Kajian Ekonomi & Bisnis Islam*, 6(September), 351–369. <https://doi.org/10.47467/elmal.v6i1.5924>
- Debi Alma Nofri Yantri, & Khairil Aswan. (2023). Pengaruh Pengembangan Sumber Daya Manusia Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Kantor Camat Siberut Selatan, Kabupaten Kepulauan Mentawai. *Journal of Management and Creative Business*, 2(1), 29–39. <https://doi.org/10.30640/jmcbus.v2i1.1998>
- Dewi, C. K., Mubarak, A., Psikologi, P., Psikologi, F., & Bandung, U. I. (2025). Studi Kontribusi Work Stress terhadap Quiet Quitting Pada Karyawan Bank X. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 5(2), 1–8.
<https://doi.org/10.29313/bcsps.v5i2.19050>
- Dyanto, D., & Sitorus, D. H. (2022). Pengaruh Motivasi, Komunikasi, Dan Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bravo Engineering. *Jesya*, 6(1), 92–101.
<https://doi.org/10.36778/jesya.v6i1.876>
- Efendi, H. S., Komari, N., & Daud, I. (2025). The Effect of Workload on Employee Performance with Organizational Citizenship Behaviour (OCB) and Work Stress as Mediation and Leadership Support as Moderation. *American Journal of*

- Economic and Management Business (AJEMB)*, 4(5), 403–420.
<https://doi.org/10.58631/ajemb.v4i5.226>
- Eka Ayu Riyadi, A. (2023). Makna Job Satisfaction Bagi Karyawan Badan Kepegawaian Daerah Provinsi Jawa Timur. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 2(2), 443–454.
<https://doi.org/10.54443/sibatik.v2i2.569>
- Faber, E. (2024, June 3). Gen Zs and millennials find reasons for optimism despite difficult realities. *Deloitte Insights*, 1–8.
https://www.deloitte.com/us/en/insights/topics/talent/deloitte-gen-z-millennial-survey.html?utm_source=chatgpt.com
- Faber, E. (2025). Gen Zs and millennials at work: Pursuing a balance of money, meaning, and well-being. *Deloitte Insights*, 1–9.
<https://www.deloitte.com/global/en/issues/work/genz-millennial-survey.html>
- Fahira, J. N., Abrian, Y., & Wulansari, N. (2022). Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di Hotel Rangkayo Basa Kota Padang. *Jurnal Kajian Pariwisata Dan Bisnis Perhotelan*, 3(1), 55–61.
<https://doi.org/10.24036/jkpbb.v3i1.40072>
- Fauzhan, R. F., & Ali, H. (2024). Pengaruh Beban Kerja Dan Burnout Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara*, 2(4), 169–176.
- Firdaus, E., & Natama, H. F. (2024). Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja Dan Stress Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada Dinas Ketenagakerjaan Kota Bandung. *Journal of Economics Management Business and Accounting*, 4(1), 77–87. <https://doi.org/10.34010/jemba.v4i1.13078>
- Firdaus, M. A., Abadiyah, R., & Adji, K. (2024). Kepemimpinan, Pertumbuhan Karier, dan Motivasi secara Signifikan Meningkatkan Kepuasan Kerja Di Indonesia. *Indonesian Journal of Law and Economics Review*, 14(2), 6–14.
<https://doi.org/10.21070/ijler.v19i2.1071>
- Firdaus, R. Y., Wiharno, H., & Fitriani, L. K. (2024). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, dan Work-Life Balance terhadap Kepuasan Kerja serta Dampaknya pada Organizational Citizenship Behavior. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(4), 1334–1352. <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i4.1117>
- Fuadi, M. I. (2024). *Pengaruh Job Demands , Job Resources , Dan Job Involvement Terhadap Job Satisfaction*. 2(2).
- Hadiyanti, K., & Sari, E. Y. D. (2025). Validating the Job Stress Scale for Indonesian Police: A CFA Study. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 16(01), 69–76.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v16n01.p69-76>

- Handoyo, H., & Maharani, D. I. (2021). Workload Identification Using the National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA-TLX) Method of Rolling Mill Operators in the Production Department at PT Jaya Pari Steel Surabaya. *Journal of Physics: Conference Series*, 1899(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1899/1/012083>
- Hart, S. G. (1988). Development of NASA-TLX (Task Load Index): Result of Empirical and Theoretical Research. *Elsevier Science Publishers*, 43(5), 280–286. <https://doi.org/10.1007/s10749-010-0111-6>
- Hartono, S., Yakin, I., Rosyid, B., Fatkhulloh, A., & Citra, A. (2025). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Turnover Intention Melalui Stres Kerja Sebagai Variabel Moderasi. *Jurnal Lentera Bisnis*, 14(2), 2761–2773. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v14i2.1680>
- Helmiyatun, Taqiudin, M., & Ahmad. (2025). Content Validity of Student Perception Instrument on School Educational Management. *Journal of Practice Learning and Educational Development*, 5(1), 93–103. <https://doi.org/10.58737/jpled.v5i1.422>
- Herawati, H., Setyadi, D., Michael, M., & Hidayati, T. (2023). The Effect of Workload, Supervisor, and Coworker Supports on Job Performance through Job Satisfaction. *International Journal of Finance, Economics and Business*, 2(1), 13–33. <https://doi.org/10.56225/ijfeb.v2i1.168>
- Hidayati, N., Budiman, D., Dewi, C. M., Handayani, E., & Maango, H. (2023). The Relationship between Job Stress and Employee Job Satisfaction : A Multivariate Analisis Approach in an Organizational Context. *West Science Business and Management*, 1(03), 184–189. <https://doi.org/10.58812/wsbm.v1i03.100>
- Igarashi, N. H., Kiriya, J., Carandang, R. R., Ong, K. I. C., Shibamura, A., & Jimba, M. (2024). Securing human resources for Japan's aging population: a mixed methods study of job satisfaction and well-being among Southeast Asian long-term care workers in Japan. *BMC Health Services Research*, 24(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12913-024-11572-1>
- Ilmiyah, Z. F., & Anshori, M. I. (2025). Analisis Hubungan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kinerja Karyawan Studi Kasus : Saka Indonesia Pangkah Limited (SIPL). *PARADOKS Jurnal Ilmu Ekonomi*, 8(2), 1502–1511.
- Iman, N., Agus Firmansyah, N., & Ima Himayati, A. (2025). Sainteks: Jurnal Sain dan Teknik Evaluation of mental workload using the NASA task load index (NASA-TLX) method on production department employees Evaluasi beban kerja mental menggunakan metode NASA task load index (NASA-TLX) pada karyawan departemen prod. *Sainteks: Jurnal Sain Dan Teknik*, 12(01), 12–22.

<http://ejournal.uicm.ac.id/index.php/sainteks/>

- Isaac, S., With, I. N. C., & Michael, W. B. (1971). *Handbook in Research and Evaluation For Educational and The Behavioral Sciences* (2nd ed.). Robert R. Knapp, Publisher.
- Isnaini, M., Afgani, M. W., AlHaqqi, & Azhari, I. (2025). Teknik Analisis Data Uji Normalitas. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(2), 1377–1384.
- Jailani, Syahrani, Jeka, & Firdaus. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Jasmin, M., Ridwan, & Wahdani Asbara, N. (2023). Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada PT Malatunrung Rezkindo. *Jurnal Manajemen Dan Akuntansi*, 1, 338–348.
- Jermstipparsert, K., Petchchedchoo, P., Kumsuprom, S., & Panmanee, P. (2021). the Impact of the Workload on the Job Satisfaction: Does the Job Stress Matter? *Academy of Strategic Management Journal*, 20(Special Issue 5), 1–13.
- Jobstreet.com. (2022). 73% Karyawan Tidak Puas dengan Pekerjaan Mereka. *Id.Jobstreet.Com*, 1–2. <https://id.jobstreet.com/id/career-advice/article/73-karyawan-tidak-puas-dengan-pekerjaan-mereka>
- Kadek, N., Pramaseni, D., Bagus, I. G., Satrya, H., Ekonomi, F., & Udayana, U. (2025). *The Effect of Workload on Work Stress Mediated by Work Life Balance*. 4(7), 1289–1306.
- Kang, J. K., Jiao, P. De, Tay, J. H., & Gan, S. K. E. (2024). The Relationship Between Perceived Workplace Bureaucracies, Self-Efficacy and Job Motivation Over the COVID-19 Pandemic. *SAGE Open*, 14(4), 1–16. <https://doi.org/10.1177/21582440241293505>
- Kaniyah, D. S., Dewi, R. S., & Nugraha, H. S. (2024). *Pengaruh Organizational Commitment dan Workload Terhadap Turnover Intention dengan Job Satisfaction Sebagai Variabel Intervening (Studi pada Bank Jateng Cabang Utama di Kota Semarang) Pendahuluan Sumber daya manusia merupakan salah satu faktor yang menj.* 13(4), 960–970.
- Kaya, M., & Demirer, H. (2021). Job Characteristics' Causal Effects on Individual Job Performance Perceptions and Mediating Role of Job Satisfaction. *Eurasian Journal of Business and Economics*, 14(28), 57–86. <https://doi.org/10.17015/ejbe.2021.028.04>
- Kayati, R. S., Nazilah, A., & Ibrahim, R. Z. A. R. (2025). Psychometric properties of Job Stress Scale among Malaysian Seafarers. *International Maritime Health* ,

- 76(2), 154–164. <https://doi.org/10.5603/imh.100896>
- Kelly, J. (2025, April 1). Gen-Z's Are Redefining The Way They Want To Work. *Forbes*, 1–4. <https://www.forbes.com/sites/jackkelly/2025/04/01/gen-zs-takeover-and-redefining-the-workplace/>
- Kharisma, A. (2024). *The Influence of Motivation and Workload on Job Satisfaction as Customer Service at PT Telkom Witel North Surabaya*. 13(2), 549–562.
- Khoirunnisa, Khilda, Luqman Effendi, Munaya Fauziyah, T. S. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pengendara Ojek Online Saat Terjadi Pandemi Covid-19 di Kota Tangerang Selatan Tahun 2020. *Environmental Occupation Health and Safety Journal*, 1(2), 217–232. <https://doi.org/10.24853/eohjs.1.2.217-232>
- Kishore, R., & Ghangale, S. (2025). *Influence of job demand and resources on job satisfaction of employees in university admission*.
- Lin, M. H., Yen, Y. H., Chuang, T. F., Yang, P. Sen, & Chuang, M. Da. (2024). The impact of job stress on job satisfaction and turnover intentions among bank employees during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 15(October), 1–19. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1482968>
- Locke, E. A. (1970). Job satisfaction and job performance: A theoretical analysis. *Organizational Behavior and Human Performance*, 5(5), 484–500. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(70\)90036-X](https://doi.org/10.1016/0030-5073(70)90036-X)
- Lubis, D. S. W. (2023). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Pegawai Lapas Kelas IIA. *Journal of Trends Economics and Accounting Research*, 3(4), 561–567. <https://doi.org/10.47065/jtear.v3i4.677>
- 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), 1–11.
- Maharani, C., Kinanti, A. D., Yogiswara, A., Syahputri, D. A., & Farisandy, E. D. (2023). Pengaruh Work-Life Balance terhadap Kepuasan Kerja pada Karyawan di Bintaro. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 8(1), 80–98. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v8i1.9925>
- Mahawati, Eni et al. (2021). Analisis Beban Kerja dan Produktivitas Kerja. In *Penerbit Yayasan Kita Menulis*. <https://doi.org/10.4324/9781315233215-10>
- Martaningtyas, N. U., Septiyaningrum, E. A., & Maulana, Z. (2024). Dampak Pelanggaran Asumsi Klasik Terhadap Kesalahan Inferensi Dalam Analisis Elektrometika. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 255–264.

- Meri Astuti, D. G., & Ariani Mayasari, N. M. D. (2021). Pengaruh Beban Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Pada Lapas Kelas IIB Singaraja. *Bisma: Jurnal Manajemen*, 7(2), 255. <https://doi.org/10.23887/bjm.v7i2.32313>
- Meutia, K. I., & Narpati, B. (2021). Kontribusi Beban Kerja dan Insentif Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan pada Perusahaan Manufaktur. *JIMF (Jurnal Ilmiah Manajemen Forkamma)*, 5(1), 42. <https://doi.org/10.32493/frkm.v5i1.12426>
- Mohamad, Nur Izzaty, et al. (2025). Workplace Stress: How Demands, Interpersonal Conflict, and Role Ambiguity Affect Human Well-Being. *Journal of Information Systems Engineering and Management*, 10(40), 402–418. <https://doi.org/10.52783/jisem.v10i40s.7308>
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik SPSS. In *Zifatama Jawara*.
- Mumu, J. R., Tahmid, T., & Azad, M. A. K. (2021). Job satisfaction and intention to quit: A bibliometric review of work-family conflict and research agenda. *Applied Nursing Research*, 59, 151334. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2020.151334>
- Nabil, N. R. A., Wulandari, I., Yamtinah, S., Ariani, S. R. D., & Ulfa, M. (2022). Isi Instrumen Asesmen Kompetensi Minimum. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 25(2), 184–191.
- Nawawi, Y., M Zainul, L., Rusba, K., Khatami Fahmi Putra, M., & Zulfikar, I. (2024). The Effect of Workload on Concentration Disorders With Work Stress in PT Oragon Technology Indonesia. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 6(5), 2240–2248. <https://doi.org/10.38035/rj.v6i5.1055>
- Ngozi Caroline Uwannah, Clara Oghogo Kalu Egwuonwu, N. C. J. (2023). Job Autonomy, Workload, and Home-Work Conflict as Predictor Job Satisfaction among Employed Women in Academia. *European Journal of Educational Management*, 4(1), 1–11. https://pdf.eujem.com/EUJEM_6_1_45.pdf
- Notarnicola, I., Duka, B., Lommi, M., Grosha, E., De Maria, M., Iacorossi, L., Mastroianni, C., Ivziku, D., Rocco, G., & Stievano, A. (2024). Transformational Leadership and Its Impact on Job Satisfaction and Personal Mastery for Nursing Leaders in Healthcare Organizations. *Nursing Reports*, 14(4), 3561–3574. <https://doi.org/10.3390/nursrep14040260>
- Nurhasanah, Jufrizen, & Tupti, Z. (2022). Pengaruh Etika Kerja , Budaya Organisasi Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening. 5(1), 245–261.
- Nurhayati, N., Lestari, T., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2025). View of Correlational

- Research (Penelitian Korelasional). *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(3), 8–19. <https://doi.org/10.56799/jceki.v4i3.6706>
- Nurpratama, M., & Yudianto, A. (2022). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Dan Fasilitas Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Pada Pegawai Kpu Kabupaten Indramayu. *Jurnal Investasi*, 8(1), 36–46. <https://doi.org/10.31943/investasi.v8i1.184>
- Oya, A. M., & Kurniawan, J. E. (2019). Hubungan antara Stres Kerja dengan Komitmen Organisasi pada Karyawan bagian Produksi di PT.X. *Psychopreneur Journal*, 3(2), 63–72. <https://doi.org/10.37715/psy.v3i2.1372>
- Pardameian Simare Mare, D., Affandi, N., & Workload Analysis, M. (2024). Mental Workload Analysis Using the Nasa-Tlx Method in the Engineering Department of Pt Abc. *Indonesian Interdisciplinary Journal of Sharia Economics (IIJSE)*, 7(3), 8389–8410.
- Pardosi, T. A., & Mardhiyah, A. (2023). *The Influence of Physical Work Environment , Non-Physical Work Environment and Workload on Employee Job Satisfaction at PT . United Rope Medan* Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik , Lingkungan Kerja Non Fisik dan Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada PT . *United Rope Medan*. 2(11), 3108–3122.
- Parker, D. F. (1983). Organizational Determinants of Job Stress. *Elseiver Science Publishers*, 32(2), 160–177. <https://doi.org/10.4324/9780203813140>
- Penning de Vries, J., & Knies, E. (2023). “I Expected More From You”: The Effect of Expectation-Disconfirmation on Employees’ Satisfaction With Supervisory Support. *Review of Public Personnel Administration*, 43(2), 309–335. <https://doi.org/10.1177/0734371X211065348>
- Pertiwi, N. M. M. S., & Prena, G. D. (2024). Millennials and Z’s Intention to Leave:Leadership, Work Environment, Workload, Flexible Work, Job Satisfaction. *Jurnal Aplikasi Manajemen Volume*, 22(2), 312–334.
- Pradhana, R. R., & Prastawa, H. (2019). Analisis Beban Kerja Mental Operator Mesin Pemotongan Kayu pada Bagian Produksi Perum Perhutani Brumbung dengan Metode NASA TLX. *Jurnal Engineering Online Journal*, 8(4), 1–11.
- Putra, A. A. M. A., Landra, N., & Puspitawati, N. M. D. (2022). Pengaruh Stres Kerja, Lingkungan Kerja Fisik, Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pada Cv. Bali *Jurnal Emas*, 3, 540–551. <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/value/article/view/4918>
- Putri, F. I., & Kustini, K. (2021). *Pengaruh Disiplin Kerja dan Keterlibatan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT. Risky Lintas Samudra Surabaya*. 6(1), 629–636.

- Putri, U. L., & Handayani, N. U. (2019). Analisis Beban Kerja Mental Dengan Metode Nasa Tlx Pada Departemen Logistik Pt Abc. *Industrial Engineering Online Journal*, 6(2), 1. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/ieoj/article/view/16483>
- Rachman, V. (2025, May 21). Deloitte: Gen Z dan Milenial Dibekap Kecemasan, Ini Pemicunya. *Swa.Co.Id*, 1–2. <https://swa.co.id/read/459873/deloitte-gen-z-dan-milenial-dibekap-kecemasan-ini-pemicunya>
- Rahaman, H. M. S. (2022). Formalization and employee thriving at work: a moderated mediation model including work engagement and centralization. *Personnel Review*, 51(9), 2442–2460. <https://doi.org/10.1108/PR-03-2021-0223>
- Rahmadania, N. (2025). Cerita Gen Z Alami Burnout di Dunia Kerja, Tekanan dari Kantor dan Konsumen. *Kompas.Com*, 1–2. https://lifestyle.kompas.com/read/2025/06/15/190300220/cerita-gen-z-alami-burnout-di-dunia-kerja-tekanan-dari-kantor-dan-konsumen?utm_source=chatgpt.com
- Rahmadhani, N. P., & Priyanti, Y. (2022). Konsep Dasar Kepuasan Kerja : Sebuah Tinjauan Teori. *Jurnal Ekonomi Bisnis, Manajemen Dan Akuntansi (JEBMAK)*, 1(1), 39–48.
- Rahmania, A., Triwahyuni, A., & Kadiyono, A. L. (2022). Validitas Konstruk Growth Mindset Scale: Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 194–205.
- Ramadhan, M. F., Siroj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Validitas and Reliabilitas. *Journal on Education*, 6(2), 10967–10975. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4885>
- Ray, T. K., & Pana-Cryan, R. (2021). Work flexibility and work-related well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063254>
- Reza Shamspour, H., Kamali, M., Narouei, B., & Dolatabadi, M. (2024). Impact of Micromanagement on Organizational Commitment Through Mediating Role of Job Stress, Moderating Effect of Hostile Attribution Bias. *International Journal of Business and Management Sciences E International Journal of Business and Management Sciences*, 05(03), 56–77. www.ijbms.org
- Rivaldo, Y., Harits Sulaksono, D., Pratama, Y., & Supriadi. (2021). Pengaruh Stres Kerja, Komunikasi, Komitmen Organisasi Dan Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Damkar Pemko Batam. *Jurnal Jumka*, 1, 49–58.
- Rizki, M., Nophiyani, N., Saputra, E. K., & Abriyoso, O. (2022). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Puskesmas Kawal Kabupaten Bintan. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8(2), 1469.

<https://doi.org/10.37905/aksara.8.2.1469-1478.2022>

- Riznanda, W. M., & Kusumadewi, D. (2023). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan Divisi Produksi PT. X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 792–804.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). *Organizational Behavior: 15th ed.* (S. Yagan (ed.); 15th ed). Pearson Education, Inc.
- Roos, M., & Slater, P. (2022). *Connection between nurse managers ' stress from workload and overall job stress , job satisfaction and practice environment in central hospitals : A cross-sectional study.* <https://doi.org/10.1177/20571585211018607>
- Rostami, F., Babaei-Pouya, A., Teimori-Boghsani, G., Jahangirimehr, A., Mehri, Z., & Feiz-Arefi, M. (2021). Mental Workload and Job Satisfaction in Healthcare Workers: The Moderating Role of Job Control. *Frontiers in Public Health*, 9(September), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.683388>
- Russo, A., Zammitti, A., Catania, C., Magnano, P., & Santisi, G. (2025). Unlocking the power of meaningful work: elevating engagement and satisfaction in the realm of decent jobs. *International Journal of Organization Theory and Behavior*, 28(1), 56–70. <https://doi.org/10.1108/IJOTB-05-2024-0092>
- Saditha, K., Mare, S., Batubara, H., & Wahyudi, T. (2025). Pengukuran Beban Kerja Mental Dan Tingkat Kelelahan Terhadap Pegawai Bagian Pelayanan Teknik Di Pt Pln (Persero) Ulp Ngabang. *INTEGRATE: Industrial Engineering and Management System*, 9(1), 112–118. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jtinUNTAN/issue/view/2594>
- Salsabil, T. Z., Ramdan, I. M., Lestari, I. A. I. D., Sultan, M., & Hardianti, D. N. (2024). Hubungan Lingkungan Kerja, Keterlibatan Kerja, Dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Unit Office Pt X Kota Balikpapan. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk : Public Health Journal*, 15(2), 100–107. <https://doi.org/10.51888/phj.v15i2.256>
- Salsabilla, A. (2022). *Research in Business & Social Science The effect of workload and job stress on job satisfaction mediated by work motivation.* 11(9), 97–106.
- Samsu, S. (2025). *Penghargaan Mewujudkan Kepuasan Kerja Guru* (Issue July).
- Santosa, S., & Prayoga, A. (2021). “Pengaruh konflik kerja, lingkungan kerja, dan stres kerja terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Terang Dunia Internusa.” *Prosiding: Ekonomi Dan Bisnis*, 1(1), 1–14. <https://jurnal.buddhidharma.ac.id/index.php/pros/article/download/746/419>
- Sari, M. P., Chahyadhi, B., & Rante Ada, Y. (2023). Hubungan Beban Kerja Fisik dan Kelelahan Kerja Dengan Unsafe Actions Pada Pekerja Bagian Tanning UPT

- Industri Kulit Magetan. *Journal of Applied Agriculture, Health, and Technology*, 1(2), 54–59. <https://doi.org/10.20961/jaht.v1i2.506>
- Saripudin, A., & Perkasa, D. H. (2024). The Influence of Work Environment, Leadership Style and Workload on Employee Job Satisfaction. *Review: Journal of Multidisciplinary in Social Sciences*, 1(06), 200–210. <https://doi.org/10.59422/rjmss.v1i06.370>
- Sholiha, E., Pahlan, M., Kesuma, D., & Fitriadi, H. (2025). *Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja Pegawai pada Kantor Badan Pendapatan Daerah Kabupaten Empat Lawang*. 07(02), 10526–10532.
- Siboro, E. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Beban Kerja, Terhadap Kepuasan Kerja Melalui Stres Kerja Pada Aparat Kepolisian Daerah Sumatera Utara (Studi Pada Direktorat Reserse Kriminal Khusus). *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah)*, 5(1), 279–292. <https://doi.org/10.36778/jesya.v5i1.616>
- Sihombing, P. R., Arsani, A. M., Purwanti, D., & Muchtar, M. (2024). *Aplikasi Jamovi Untuk Statistisi Pemula* (L. Hakim (ed.)). Penerbit Minhaj Pustaka.
- Silalahi, E. E., & Dianti, A. (2022). Pengaruh Stres Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kepuasan kerja Karyawan pada Pelayanan Teknik di PT Mahiza Karya Mandiri Cabang Bekasi. *Jurnal Riset Ekonomi*, 2(3), 247–258.
- Siregar, P. I. K., & Rachmawati, R. (2023). the Effect of Telework and Social Isolation on Job Satisfaction Mediating Job Stress and Work-Life Balance in Indonesia. *JRMSI - Jurnal Riset Manajemen Sains Indonesia*, 14(01), 35–47. <https://doi.org/10.21009/jrmsi.014.1.05>
- Siska Mariana, & Khotim Fadhli. (2025). Pengaruh Beban Kerja dan Kompensasi Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan CV. Soso Alsera Murni Jombang. *Jurnal Manajemen Bisnis Era Digital*, 2(1), 123–138. <https://doi.org/10.61132/jumabedi.v2i1.477>
- Siswadi, S. R. N., Muis, M., Thamrin, Y., Russeng, S. S., Naiem, F., & Manyullei., S. (2024). The Effects Of Work Stress and Workload on Job Satisfaction with Its Impact on Employee Performnce at PT Industrial Kapal Api Indonesia (PERSERO). *Journal of Law and Sustainable Development (Sdg)*, 12(1), 1–13.
- Sitorus, T. H., & Siagian, H. L. (2023). Beban Kerja Dan Fleksibilitas Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Motivasi Sebagai Pemediasi. *Journal of Management and Bussines (JOMB)*, 5(2), 1182–1194.
- Soldo, S. (2021). Definitions and Measures of Workplace Learning and Job Satisfaction in the Context of Industry 4.0. *DIEM: Dubrovnik International Economic Meeting*, 6(1), 191–203. <https://doi.org/10.17818/diem/2021/1.20>

- Solekhah, A., & Sabardini, S. E. (2025). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dengan Work Life Balance Sebagai Variabel Mediasi (Pada Pegawai BKPP Kabupaten Sleman). *JUREMI: Jurnal Riset Ekonomi*, 4(4), 983–988.
- Spector, P. E. (1985). Measurement of human service staff satisfaction: Development of the Job Satisfaction Survey. *American Journal of Community Psychology*, 13(6), 693–713. <https://doi.org/10.1007/BF00929796>
- Spector, P. E. (2022). *Job Satisfaction From Assessment to Intervention*. 167–186.
- Spector, P. E., Gray, C. E., & Rosen, C. C. (2023). Are Biasing Factors Idiosyncratic to Measures? A Comparison of Interpersonal Conflict, Organizational Constraints, and Workload. *Journal of Business and Psychology*, 38(5), 983–1002. <https://doi.org/10.1007/s10869-022-09838-8>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731.
- Sugiyono, prof., D. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D. In *Alfabeta, CV* (Issue April).
- Sulistiyo, W., & Vitasari, P. (2024). Analisa Beban Kerja Mental Operator Dengan Metode NASA TLX Di PT XYZ. *Jurnal Rekayasa Sistem Industri*, 13(2), 45–52. <https://doi.org/10.26593/jrsi.v13i2.7087.45-52>
- Sumayku, I. R., Bolang, A. S. L., & Doda, D. V. D. (2023). Hubungan Stres Kerja, Hubungan Interpersonal dan Tugas Tambahan dengan Beban Kerja Perawat di Ruangannya RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou, Manado. *E-CliniC*, 11(2), 204–213. <https://doi.org/10.35790/eci.v11i2.44904>
- Suryana, T. C., Esti, B., & Prasetya, A. (2021). Jenis Kelamin sebagai Variabel Moderasi terhadap Hubungan Lingkungan Kerja dengan Kepuasan Kerja Karyawan. 17(2), 338–355. <https://doi.org/10.32528/ins.v>
- Sutrisno, Edi, Nurul Komari, S. (2023). Deteksi Stres Kerja pada Pegawai dan Manajemen Stres Dikaitkan dengan Strategi Koping Individu dan Peran Organisasi. *Prosiding Manajemen Business Inovation Conference (PMBIC)*, 6, 1–13.
- Syani, R. S., Tentama, F., & Diponegoro, A. M. (2021). Validity and Reliability of Teacher Work Satisfaction Scale. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(2), 91–99. <https://doi.org/10.21009/jppp.102.04>
- Syed, F., Naseer, S., & Bouckenooghe, D. (2021). Unfairness in stressful job environments: the contingent effects of perceived organizational injustice on the relationships between job stress and employee behaviors. *Journal of General Psychology*, 148(2), 168–191. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1747968>

- Tahir, S. F., Taroreh, R. N., & Trang, I. (2019). Pengaruh Karakteristik Pekerjaan dan Stres Kerja Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Pada Bank Syariah Mandiri Cabang Manado the Effect of Job Characteristics and Work Stress on Employee Work Performance in Bank Mandiri Syariah Branch Manado. *Pengaruh Karakteristik... 2121 Jurnal EMBA*, 7(2), 2303–1174.
- Talipuak, & Hamka. (2023). Influence of workload and compensation on job satisfaction in the accommodation service sector with work life balance as moderating effect. *Enrichment: Journal of Management*, 12(6), 5134–5413.
- Tiari Rahma Fani, & Yudi Ferdiana Permana. (2024). Pengaruh Beban Kerja Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kantor Kelurahan Cigugur Tengah. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)*, 10(4), 2179–2185. <https://doi.org/10.35870/jemsi.v10i4.2557>
- Todericiu, R., Grama, B., & Beca, D. (2022). Job Satisfaction of Knowledge Workers. *Studies in Business and Economics*, 17(3), 241–250. <https://doi.org/10.2478/sbe-2022-0058>
- Tran, H. M. N., Le, D. V., Hai, Y. V., Kim, H. D., & Yen, N. N. T. (2024). Exploring Job Satisfaction among Generation Z Employees: A Study in the SMEs of the Mekong Delta, Vietnam. *Journal of Chinese Human Resource Management*, 15(1), 110–120. <https://doi.org/10.47297/wspchrmWSP2040-800508.20241501>
- Tri Wulandari, V., & Pratama Hafidz, G. (2023). The Influence of Job Stress, Workaholism and Work Engagement on Job Satisfaction and Turnover Intention in the Garment Industry. *International Journal of Social Science, Education, Communication and Economics (SINOMICS JOURNAL)*, 2(2), 341–354. <https://doi.org/10.54443/sj.v2i2.142>
- Tria, J. Z. (2023). Job satisfaction among educators: A systematic review. *International Journal of Professional Development, Learners and Learning*, 5(2), ep2310. <https://doi.org/10.30935/ijpdll/13212>
- Tulus, V. G., Naharia, M., & Kapahang, G. L. (2023). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja Karyawan Bagian Sumber Daya Manusia Pt. Bank Rakyat Indonesia Kantor Cabang Manado. *Psikopedia*, 4(2), 141–146. <https://doi.org/10.53682/pj.v4i2.7446>
- Uman, T., Argento, D., Grossi, G., & Mattei, G. (2024). Supportive leadership and job satisfaction at the European Court of Auditors. *International Review of Administrative Sciences*, 90(2), 454–473. <https://doi.org/10.1177/00208523231187275>
- Unguren, E., & Arslan, S. (2021). The effect of role ambiguity and role conflict on job performance in the hotel industry: The mediating effect of job satisfaction.

- Tourism and Management Studies*, 17(1), 45–58.
<https://doi.org/10.18089/TMS.2021.170104>
- Urbina, S. (2014). Introduction To Psychological Tests and Their Uses. In *Essentials of Psychological Testing*. <https://doi.org/10.1002/9781394259458.ch1>
- Utami, L., Ilahi, D. P., Ratih, A., Yenti, E., Aiken, I., & Isi, V. (2024). Analisis Indeks Aiken Untuk Mengetahui Validitas Isi Instrumen Scientific Habits Of Mind. *Journal of Research and Education Chemistry*, 6(1), 59–67.
- Vahera, D., & Onsardi, O. (2021). Analisis gaya kepemimpinan, motivasi dan lingkungan kerja terhadap kepuasan kerja karyawan. *Jurnal Manajemen Modal Insani Dan Bisnis*, 2(1), 58–67.
- Vanessa, & Nawawi, M. T. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja, Stres Kerja, dan Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Manajerial Dan Kewirausahaan*, 4(2), 497–506. <https://doi.org/10.24912/jmk.v4i2.18257>
- Viegas, V., & Henriques, J. (2021). Job Stress and Work-Family Conflict as Correlates of Job Satisfaction Among Police Officials. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 36(2), 227–235. <https://doi.org/10.1007/s11896-020-09388-w>
- Wahyuningrum, Ellisa dan Khan, R. B. F. (2023). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Turnover Intention dengan Kepuasan Kerja Sebagai Mediasi Pada Generasi Z di Jakarta. *Jurnal E-Bis : Ekonomi-Bisnis*, 7(1), 486–499.
- Wardani, P. S., & Azzahra, F. (2024). The Effect of Job Stress and Flexible Work Arrangement (FWA) on Employee Performance with Job Satisfaction as an Intervening Variabel for Employees of PT Federal International Finance Grobogan Regency. *JMB Preneur*, 4(2), 1–12.
- Widiantoro, R., & Lumban Gaol, P. (2024). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai di Lingkungan Sekretariat Direktorat Jenderal Perhubungan Darat. *Jurnal Sumber Daya Aparatur*, 6(1), 63–85.
<https://doi.org/10.32834/jsda.v6i1.757>
- Widodo, P. B., Rusmawati, D., Mujiasih, E., & Dinardinata, A. (2022). Validitas Isi Skala Integritas Akademik Dosen. *Jurnal EMPATI*, 11(3), 146–153.
<https://doi.org/10.14710/empati.2022.35665>
- Wiguna, I. N. A., Aryono, M. D., Swandewi, I. G. A. A., & Laksmana, I. N. H. (2025). Peran Stres Kerja Dalam Memediasi Pengaruh Work Family Conflict Terhadap Kinerja Pegawai. *Equilibrium : Jurnal Bisnis Dan Akuntansi (EJBA)*, XIX(April), 24–38.
- Wihler, A., Hülshager, U. R., Reb, J., & Menges, J. I. (2022). It's so boring – or is it? Examining the role of mindfulness for work performance and attitudes in

- monotonous jobs. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 95(1), 131–154. <https://doi.org/10.1111/joop.12370>
- Williams, S. & L. C. (2002). *Managing Workplace Stress; a best practice blueprint*. CBI: The Voice Of Business.
- Xue, J., Wang, H., Chen, M., Ding, X., & Zhu, M. (2022). Signifying the Relationship Between Psychological Factors and Turnover Intension: The Mediating Role of Work-Related Stress and Moderating Role of Job Satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13(May), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.847948>
- Yang, C., Yang, L., & Wu, D. (2023). The influence of grit on nurse job satisfaction: Mediating effects of perceived stress and moderating effects of optimism. *Frontiers in Psychology*, 13(January), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1094031>
- Yasti, S. C. (2024). Analisis Beban Kerja Mental Menggunakan National Aeronautics Space Administration Task (NASA-TLX) Pada Bagian Packing Plan Indarung PT Semen Padang. *Ejournal3.Undip.Ac.Id*.
- Yoon, Y., Shin, S., & Lee, S. (2025). Assessing the Impact of Job Demand, Surface Acting, and Workplace Social Support on Social workers' Job Satisfaction. *Human Service Organizations: Management, Leadership & Governance*, 49(2), 208–223. <https://doi.org/10.1080/23303131.2024.2446164>
- Yuananda, R., & Indriati, I. H. (2022). Pengaruh kompensasi, beban kerja, dan lingkungan kerja terhadap kepuasan kerja karyawan manna kampus (mirota kampus) C. Simanjuntak — Yogyakarta. *Kinerja*, 19(2), 205–214. <https://doi.org/10.30872/jkin.v19i2.11170>
- Yusdistira, A. (2025). Benarkah Pekerja Gen Z Paling Rentan Burnout dan Stres saat Bekerja? *HaiBunda*, 1–8. <http://haibunda.com/moms-life/20250814093122-76-373437/benarkah-pekerja-gen-z-paling-rentan-burnout-dan-stres-saat-bekerja>