DAFTAR PUSTAKA

Anugrah, P., & Priyambodo, A. (2021). Peran *Worklife Balance* dan Kepuasan Kerja terhadap Kinerja Karyawan WFH. *Buku Abstrak Seminar Nasional*, 340–349.

Arasyandi, M., & Bakhtiar, A. (2016). Analisa Beban Kerja Mental Dengan Metode NASA TLX Pada Operator Kargo di PT. Dharma Bandar Mandala (PT. DBM). *Industrial Engineering Online Journal*, *5*(4), 1–6.

Bachroni, M., & Asnawi, S. (1999). *Stres Kerja*. *2*, 28–39.

Dhania, D. R. (2010). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja Terhadap Kepuasan (Studi Pada Medical Representatif Di Kota Kudus). *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, *I* (1), 15–23.

Fahamsyah, D. (2017). Analisis Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja di Intalasi CSSD Rumah Sakit Umum Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, *6*(1), 107.

Faikhotul Hima, A., & Umami, M. K. (2011). Evaluasi Beban Kerja Operator Mesin pada Departemen Log and Veeeneer Preparation di PT. XYZ. *Jurnal Teknik Dan Manajemen Industri*, *6*(2), 106–113.

Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2009). Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement. *Journal of Occupational Health Psychology*, *14*(4), 441–456.

Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, *63*(3), 510–531.

Haryanti, Aini, F., & Purwaningsih, P. (2013). Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang. *Jurnal Managemen Keperawatan*, *1*(1), 48–56.

Irawati, R., Arimbi, D., Prodi, C., Bisnis, A., Politeknik, T., Batam, N., Yani, J. A., & Tering, T. (2017). Analisis Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan Operator pada PT. Giken Precision Indonesia. *Jurnal Inovasi Dan Bisnis*, *5*(1), 53–58.

Kembuan, D., Koleangan, R. A. M., & Ogi, I. (2021). Pengaruh Work-Life Balance Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt Bank Sulutgo Cabang Utama Di Manado. *Jurnal EMBA*, *9*(3), 1257–1266.

Lazăr, I., & Raţiu, P. (2010). The Role of Work-Life Balance Practices in Order to Improve Organizational Performance. *European Research Studies*, *XIII*(1).

Made, N., & Wulanyani, S. (2013). Tantangan dalam Mengungkap Beban Kerja Mental. *Buletin Psikologi*, *21*(2), 80–89.

Manabung, A. R., Suoth, L. F., & Warouw, F. (2018). Hubungan Antara Masa Kerja dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja pada Tenaga Kerja Di PT. Pertamina TBBM Bitung. *Kesmas*, *7*(5), 1–10.

MRB Dunggio. (2018). *Hubungan beban kerja dengan work-life balance pada pegawai negeri sipil (PNS) wanita di Kementerian Agama Gorontalo*.

Muis, M., Wahyu, A., Mallapiang, F., Darwis, A. M., Thamrin, Y., & Rezkiah, N. (2021). The determinant of work stress on bank employees in Makassar, Indonesia. *Gaceta Sanitaria*, *35*, S428–S431.

Nabawi, R. (2019). Pengaruh Lingkungan Kerja, Kepuasan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Pegawai. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, *2*(2), 170–183.

Nafis, B., Chan, A., & Jaja Raharja, un. (2020). *Analisis Work-Life Balance para Karyawan Bank BJB Cabang Indramayu*. *8*(1), 115.

Nurendra, A. M., & Saraswati, M. P. (2017). Model Peranan *Worklife Balance*, Stres Kerja dan Kepuasan Kerja pada Karyawan. *Humanitas*, *13*(2), 84.

Nurhabiba, M. (2020). Social support terhadap work-life balance pada karyawan. *Cognicia*, *8*(2), 277–295. https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.13532

Pajow, D. A., Sondakh, R. C., & Lampus, B. S. (2016). Hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja di PT. Timur laut jaya manado. *Pharmacon Jurnal Ilmiah Farmasi-Unsrat*, *5*(2), 144–150.

Pertiwi, E. M., Denny, H. M., Widjasena, B. (2017). Hubungan antara beban kerja mental dengan stres kerja dosen di suatu fakultas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(3), pp.260-268.

Piscesta, F., Febriana, S., & Putranto, Y. A. (2022). Pengaruh *Worklife Balance* terhadap Stres Kerja pada Akuntan Pendidik di Kota Palembang. *Jurnal Informasi Akuntansi*, *1*(2), 129–140.

Polakitang, A. F., Koleangan, R., & Ogi, I. (2019). Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt.

Esta Group Jaya. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, *7*(3), 4164–4173.

Poulose, S. (2014). International Journal of Advances in Management and Economics Work Life Balance: A Conceptual Review. *Shobitha Poulose & Sudarsan N March*, *3*, 2–3.

Putri, O., Sitanggang, H., & Abdi, M. (2021). Pengaruh Work-Life Balance Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja (Studi Pada BPJS Ketenagakerjaan Kantor Cabang Kota Kediri Jawa Timur). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB*, 9(2).

Riani, N., & Putra, M. (2017). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Turnover Intention Karyawan. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, *6*(11), 255226.

Saleh, L. M., Russeng, S. S., & Tajuddin, I. (2020). *Manajemen stres kerja (sebuah kajian keselamatan dan kesehatan kerja dari aspek psikologis pada ATC)*. Deepublish.

Sandra, R., & Idfil. (2015). Konsep Stres Kerja Guru Bimbingan dan Konseling. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, *1*(2002), 80–85.

Schabracq, M. J., Winnubst, J. A. M., & Cooper, C. L. (2003). *The Handbook of Work and Health Psychology Second Edition* (M. Schabracq, J. Winnubst, & C. Cooper, Eds.; 2nd ed., Vol. 2). John Wiley & Sons, Ltd.

Shukla, A., & Srivastava, R. (2016). Development of short questionnaire to measure an extended set of role expectation conflict, coworker support and work-life balance: The new job stress scale. *Cogent Business and Management*, *3*(1).

Soleman, A., & Mt, S. T. (2011). Analisis Beban Kerja Ditinjau dari Faktor Usia dengan Pendekatan Recommended Weight Limit (Studi Kasus Mahasiswa Unpatti Poka). *Agustus*, *05*(2).

Tarwaka. (2015). *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi Dan Aplikasi Di Tempat Kerja: Vol. II* (II). Harapan Press.

Tri, D. R., & Afrianty, W. (2018). Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja dengan Worklife Balance sebagai Variabel Intervening (Studi Pada Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur Surabaya). In *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)|Vol* (Vol. 61, Issue 4).

Tumbel, Tinneke M, Pangemanan, F. L. (2017). *Pengaruh Work-Life Balance Dan Burnout Terhadap Kepuasan Kerja*. 1–8.

Urba, M. A., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Hubungan Antara Work Life Balance dan Stres Kerja Pada Karyawan Perusahaan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(3).

Yuli Asih, G., Hardani Widhiastuti, Ms., & Rusmalia Dewi, P. (2018). *Stres Kerja* (1st ed., Vol. 1). Semarang University Press.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian Beban Kerja Mental

NASA – TLX

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA TERHADAP *WORKLIFE BALANCE* PEKERJA DI PT. PERTAMINA PATRA NIAGA REGIONAL SULAWESI

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. No. Responden :
2. Nama :
3. Jenis Kelamin :
4. Umur :
5. Status :

B. RIWAYAT PEKERJAAN

1. Masa Kerja :
2. Unit Kerja :
3. Jenis Pekerjaan :

C. KUESIONER NASA - TLX

Pada pengukuran ini, Anda diminta untuk mengisi kuesioner yang bertujuan untuk mengukur beban kerja pekerjaan yang Anda lakukan setiap hari. Hasil dari pengukuran ini adalah untuk menentukan apakah pekerjan yang Anda laksanakan memiliki beban kerja rendah (*underload*), optimal (*optimal load*), atau berlebihan (*overload*).

Kuesioner ini terbagi menjadi dua tahap sebagai berikut:

1. Pemberian Bobot

   Pada bagian ini Anda diminta untuk memilih salah satu dari dua indikator yang dirasakan lebih dominan menimbulkan beban kerja mental terhadap pekerjaan tersebut.

2. Pemberian Peringkat

   Pada bagian ini Anda diminta memberi peringkat terhadap keenam indikator beban mental. Pada masing - masing faktor terdapat skala 0 - 100 atau rendah sampai dengan tinggi.

LEMBAR PEMBERIAN BOBOT

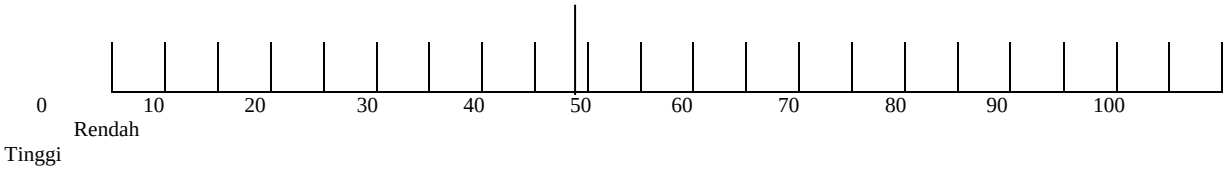
Lingkari pilihan Anda pada salah satu dari dua indikator yang dirasakan lebih dominan menimbulkan beban kerja mental terhadap pekerjaan Anda.

No.	**Indikator Beban Mental**		
1	MD (*Mental Demand*)	Vs	PD (*Physical Demand)*
2	MD (*Mental Demand*)	Vs	TD (*Temporal Demand*)
3	MD (*Mental Demand*)	Vs	OP (*Own Performance*)
4	MD (*Mental Demand*)	Vs	EF (*Effort*)
5	MD (*Mental Demand*)	Vs	FR *(Frustation*)
6	PD (*Physical Demand)*	Vs	TD (*Temporal Demand*)
7	PD (*Physical Demand)*	Vs	OP (*Own Performance*)
8	PD (*Physical Demand)*	Vs	EF (*Effort*)
9	PD (*Physical Demand)*	Vs	FR *(Frustation*)
10	TD (*Temporal Demand*)	Vs	OP (*Own Performance*)
11	TD (*Temporal Demand*)	Vs	EF (*Effort*)
12	TD (*Temporal Demand*)	Vs	FR *(Frustation*)
13	OP (*Own Performance*)	Vs	EF (*Effort*)
14	OP (*Own Performance*)	Vs	FR *(Frustation*)
15	EF (*Effort*)	Vs	FR *(Frustation*)

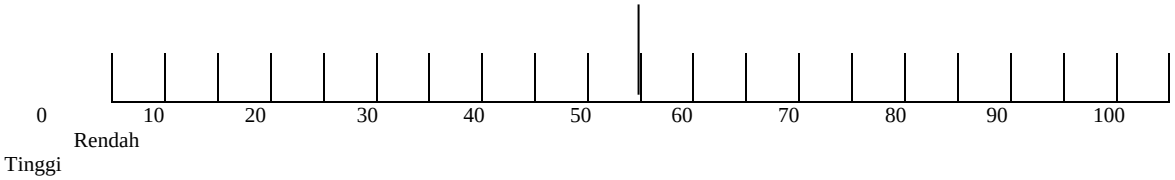
LEMBAR PEMBERIAN PERINGKAT

Lingkari skala sesuai tingkat faktor yang anda alami selama bekerja

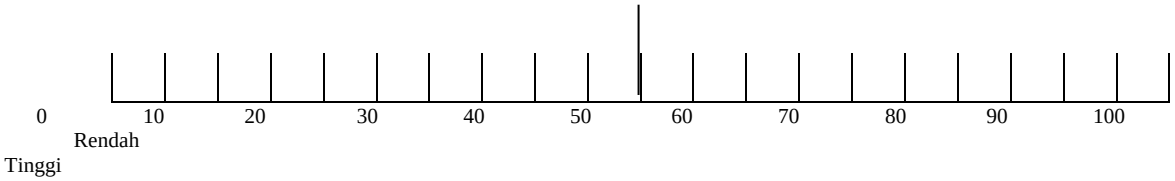
1. Mental Demand (MD)
   Seberapa besar usaha mental yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



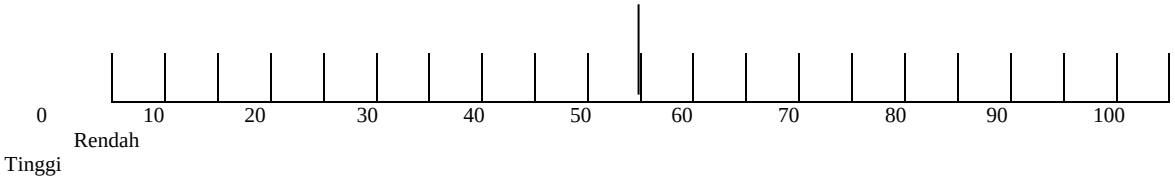
2. Physical Demand (PD)
   Seberapa besar usaha fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



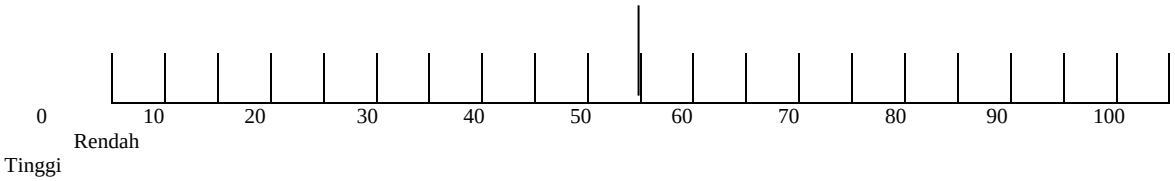
3. Temporal Demand (TD)
   Seberapa besar tekanan yang dirasakan berkaitan dengan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



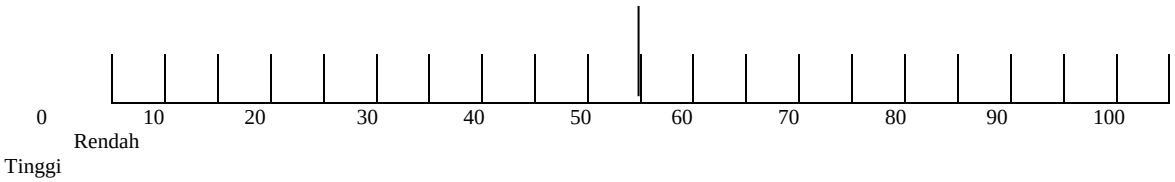
4. Own Performance (OP)
   Seberapa besar tingkat keberhasilan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



5. Effort (EF)
   Seberapa besar kerja mental dan fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



6. Frustation (FR)
   Seberapa besar kecemasan, perasaan tertekan, dan stress yang dirasakan untuk menyelesaikan pekerjaan ini;



Arasyandi & Bakhtiar, 2016)

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian Stress Kerja

Job Stress Scale

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA TERHADAP *WORKLIFE BALANCE* PEKERJA DI PT. PERTAMINA PATRA NIAGA REGIONAL SULAWESI

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. No. Responden :
2. Nama :
3. Jenis Kelamin :
4. Umur :
5. Status :

6. RIWAYAT PEKERJAAN

1. Masa Kerja :
2. Unit Kerja :
3. Jenis Pekerjaan :

4. **KUESIONER *JOB STRESS SCALE***

Kuesioner ini terdiri dari empat dimensi yaitu *job stress scale* (9 item), *role expectation conflict* (5 item), *coworker support* (4 item), dan *work-life balance* (4 item). Digunakan untuk mengetahui seberapa besar stress yang dirasakan ketika bekerja. Dalam kuesioner ini akan diberikan beberapa pernyataan yang harus dijawab, berikanlah tanda (√) pada pernyataan yang anda anggap paling sesuai dengan kondisi yang anda rasakan.

KUESIONER *JOB STRESS SCALE*					
No.	**Pernyataan**	**Sangat Tidak Setuju**	**Tidak Setuju**	**Setuju**	**Sangat Setuju**
1.	Saya memiliki banyak pekerjaan dan merasa khawatir karena memiliki waktu yang sangat singkat untuk melakukannya				
2.	Saya merasa terbeban sehingga pada hari liburpun terasa buruk				
3.	Saya merasa saya tidak pernah mengambil cuti				
4.	Banyak orang di kantor saya yang merasa lelah dengan tuntutan perusahaan				
5.	Tugas-tugas saya membuat saya cemas				
6.	Dampak dari tugas saya terhadap saya terlalu tinggi				
7.	Sering kali, tugas saya menjadi beban berat				
8.	Terkadang ketika saya memikirkan tugas saya, saya merasakan sakit di dada saya				
9.	Saya merasa bersalah saat saya cuti				
Role Expectation Conflict					
No.	**Pernyataan**	**Sangat Tidak Setuju**	**Tidak Setuju**	**Setuju**	**Sangat Setuju**
1.	Saya tidak dapat memenuhi tuntutan yang berbeda-beda dari atasan-atasan saya				

2.	Saya tidak dapat memenuhi berbagai tuntutan yang saling bertentangan dari kolega dan junior saya				
3.	Saya tidak dapat memenuhi berbagai tuntutan dari klien dan lainnya, karena mereka saling bertolak belakang				
4.	Harapan dari senior saya berbeda dari junior saya				
5.	Saya khawatir mengenai harapan yang berbeda dari orang-orang yang berbeda				
Coworker Support					
No.	**Pernyataan**	**Tidak Pernah**	**Jarang**	**Sering**	**Selalu**
1.	Apakah orang yang bekerja dengan saya pernah memberikan informasi atau nasehat kepada saya?				
2.	Apakah orang yang bekerja dengan saya memahami saya dan memberikan nasehat?				
3.	Apakah ada orang yang memberikan umpan balik yang jelas dan membantu mengenai pekerjaan saya?				
4.	Apakah ada orang yang pernah memberikan bantuan atas pekerjaan saya?				
Worklife Balance					
No.	**Pernyataan**	**Sangat Tidak Setuju**	**Tidak Setuju**	**Setuju**	**Sangat Setuju**
1.	Saya dapat menjaga keseimbangan antara waktu bekerja dan waktu melakukan aktivitas lain				

2.	Saya mengalami kesulitan menyeimbangkan pekerjaan dan aktivitas lain				
3.	Saya merasa tugas dan aktivitas lain saat ini seimbang				
4.	Secara umum, saya percaya pekerjaan saya dan aktivitas lainnya seimbang				

Shukla & Srivastava (2016)

Lampiran 3. Kuesioner Penelitian *Worklife Balance*

Worklife Balance

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA TERHADAP *WORKLIFE BALANCE* PEKERJA DI PT. PERTAMINA PATRA NIAGA REGIONAL SULAWESI

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. No. Responden :
2. Nama :
3. Jenis Kelamin :
4. Umur :
5. Status :

6. RIWAYAT PEKERJAAN

1. Masa Kerja :
2. Unit Kerja :
3. Jenis Pekerjaan :

4. **KUESIONER *WORKLIFE BALANCE***

Kuesioner ini berisi beberapa pernyataan mengenai *worklife balance* atau keseimbangan antara bekerja dengan kehidupan pribadi. Hasil dari kesioner ini akan digunakan sebagai penelitian untuk melihat hubungan antara beban kerja dan stress kerja dengan *worklife balance*. Jawaban anda dalam kuesioner ini akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk data penelitian.

PETUNJUK UMUM

1. Jawablah seluruh pernyataan secara jujur, sesuai dengan keadaan yang nyata dan tidak perlu merasa takut karena apapun jawaban anda, tidak akan mempengaruhi kondisi organisasi, dalam hal ini yang dimaksud dengan organisasi adalah tempat dimana anda bekerja.
2. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban adalah benar apabila jawaban anda sesuai dengan keadaan senyatanya yang anda alami.
3. Berikan tanda (√) pada setiap pernyataan pada kolom yang telah disesuaikan untuk menunjukan bagaimana anda menanggapi pernyataan tersebut.

KUESIONER *WORKLIFE BALANCE*					
No.	**Pernyataan**	**Sangat Tidak Sesuai**	**Tidak Sesuai**	**Sesuai**	**Sangat Sesuai**
1.	Pekerjaan saya mengharuskan kerja lembur untuk menyelesaikan tugas - tugas rutin saya sehingga mengganggu rutinitas saya di rumah				
2.	Jumlah jam kerja yang padat merupakan kekhawatiran saya karena dapat mengganggu kehiduoan pribadi saya				
3.	Saya terlalu sibuk dengan pekerjaan bahkan setelah pulang kerja				
4.	Kehidupan pribadi saya menghabiskan energi yang saya butuhkan untuk bekerja				
5.	Kakunya tuntutan pekerjaan membuat stress kehidupan pribadi saya				

No.	Pernyataan	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
6.	Pekerjaan saya memberi semangat untuk mengejar kebahagiaan berbagi peran pribadi maupun keluarga				
7.	Saya sering mengabaikan kebutuhan pribadi saya karena tuntutan pekerjaan				
8.	Saya harus melewatkan acara keluarga karena pekerjaan				
9.	Demi berkembang di dalam organisasi saya mengorbankan kehidupan pribadi				
10.	Keluarga saya memahami tuntutan pekerjaan saya sehingga saya dapat bekerja dengan tenang				
11.	Dari awal bekerja saya berkompromi dengan pekerjaan untuk menjaga keluarga saya bahagia				
12.	Saya bersemangat kerja karena sudah menyelesaikan tanggung jawab pribadi				
13.	Keluarga saya memberi energi dan suasana hati yang lebih baik untuk melakukan tugas di tempat kerja				
14.	Pekerjaan memberi saya energi untuk melakukan aktivitas di luar pekerjaan yang penting bagi saya				

15.	Pekerjaan saya memberi kesempatan yang cukup untuk menyingkirkan ketegangan yang timbul dari kehidupan pribadi/ keluarga				

(Hayman, 2005)

Lampiran 4. Hasil Analisis

HASIL UNIVARIAT

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	48	30.0	30.0	30.0
	Laki-Laki	112	70.0	70.0	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-25 tahun	10	6.3	6.3	6.3
	26-30 tahun	79	49.4	49.4	55.6
	31-35 tahun	57	35.6	35.6	91.3
	36-40 tahun	6	3.8	3.8	95.0
	diatas 41 tahun	8	5.0	5.0	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

Masa_Kerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-5 tahun	73	45.6	45.6	45.6
	6-10 tahun	78	48.8	48.8	94.4
	diatas 10 tahun	9	5.6	5.6	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

Unit_Bagian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Medical	17	10.6	10.6	10.6
	HSSE	32	20.0	20.0	30.6
	Lubricants	21	13.1	13.1	43.8
	Retail	12	7.5	7.5	51.3
	ASSET	17	10.6	10.6	61.9
	Aviation	2	1.3	1.3	63.1
	S&D	34	21.3	21.3	84.4
	IT	21	13.1	13.1	97.5
	PEC	1	.6	.6	98.1
	CSR	1	.6	.6	98.8
	HC	2	1.3	1.3	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

BM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	10	6.3	6.3	6.3
	Sedang	111	69.4	69.4	75.6
	Berat	39	24.4	24.4	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

JSS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	17	10.6	10.6	10.6
	Sedang	118	73.8	73.8	84.4
	Tinggi	25	15.6	15.6	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

WLB

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Seimbang	67	41.9	41.9	41.9
	Seimbang	93	58.1	58.1	100.0
	Total	160	100.0	100.0	

HASIL_BIVARIAT

Beban Mental * Kategori WLB

BM * WLB Crosstabulation

			WLB		Total
			Tidak Seimbang	Seimbang	
BM	Ringan	Count	1	9	10
		% within BM	10.0%	90.0%	100.0%
	Sedang	Count	37	74	111
		% within BM	33.3%	66.7%	100.0%
	Berat	Count	29	10	39
		% within BM	74.4%	25.6%	100.0%
Total		Count	67	93	160
		% within BM	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	24.409[a]	2	.000	.000		
Likelihood Ratio	25.353	2	.000	.000		
Fisher's Exact Test	24.207			.000		
Linear-by-Linear Association	23.466[b]	1	.000	.000	.000	.000
N of Valid Cases	160					

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.19.

b. The standardized statistic is -4.844.

Stres Kerja * Kategori WLB

JSS * WLB Crosstabulation

			WLB		
			Tidak Seimbang	Seimbang	Total
JSS	Rendah	Count	5	12	17
		% within JSS	29.4%	70.6%	100.0%
	Sedang	Count	44	74	118
		% within JSS	37.3%	62.7%	100.0%
	Tinggi	Count	18	7	25
		% within JSS	72.0%	28.0%	100.0%
Total		Count	67	93	160
		% within JSS	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.426[a]	2	.003
Likelihood Ratio	11.447	2	.003
Linear-by-Linear Association	9.139	1	.003
N of Valid Cases	160		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.12.

Beban Mental * Stres Kerja

BM * JSS Crosstabulation

			JSS			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
BM	Ringan	Count	1	8	1	10
		% within BM	10.0%	80.0%	10.0%	100.0%
		% within JSS	5.9%	6.8%	4.0%	6.3%
		% of Total	0.6%	5.0%	0.6%	6.3%
	Sedang	Count	13	85	13	111
		% within BM	11.7%	76.6%	11.7%	100.0%
		% within JSS	76.5%	72.0%	52.0%	69.4%
		% of Total	8.1%	53.1%	8.1%	69.4%
	Berat	Count	3	25	11	39
		% within BM	7.7%	64.1%	28.2%	100.0%
		% within JSS	17.6%	21.2%	44.0%	24.4%
		% of Total	1.9%	15.6%	6.9%	24.4%
Total		Count	17	118	25	160
		% within BM	10.6%	73.8%	15.6%	100.0%
		% within JSS	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	10.6%	73.8%	15.6%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	6.349[a]	4	.175	.163		
Likelihood Ratio	5.764	4	.217	.276		
Fisher's Exact Test	5.723			.178		
Linear-by-Linear Association	3.749[b]	1	.053	.056	.036	.018
N of Valid Cases	160					

a. 3 cells (33,3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,06.

b. The standardized statistic is 1,936.

Jenis Kelamin * Kategori WLB

Crosstab

			WLB		
			Tidak Seimbang	Seimbang	Total
Jenis_Kelamin	Perempuan	Count	21	27	48
		% within Jenis_Kelamin	43.8%	56.3%	100.0%
		% within WLB	31.3%	29.0%	30.0%
		% of Total	13.1%	16.9%	30.0%
	Laki-Laki	Count	46	66	112
		% within Jenis_Kelamin	41.1%	58.9%	100.0%
		% within WLB	68.7%	71.0%	70.0%
		% of Total	28.8%	41.3%	70.0%
Total		Count	67	93	160
		% within Jenis_Kelamin	41.9%	58.1%	100.0%
		% within WLB	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	.099[a]	1	.753	.861	.443	
Continuity Correction[b]	.020	1	.889			
Likelihood Ratio	.099	1	.753	.861	.443	
Fisher's Exact Test				.861	.443	
Linear-by-Linear Association	.098[c]	1	.754	.861	.443	.132
N of Valid Cases	160					

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 20,10.

b. Computed only for a 2x2 table

c. The standardized statistic is ,314.

Umur * Kategori WLB

Crosstab

			WLB		
			Tidak Seimbang	Seimbang	Total
Umur	20-25 tahun	Count	1	9	10
		% within Umur	10.0%	90.0%	100.0%
		% within WLB	1.5%	9.7%	6.3%
		% of Total	0.6%	5.6%	6.3%
	26-30 tahun	Count	38	41	79
		% within Umur	48.1%	51.9%	100.0%
		% within WLB	56.7%	44.1%	49.4%
		% of Total	23.8%	25.6%	49.4%
	31-35 tahun	Count	24	33	57
		% within Umur	42.1%	57.9%	100.0%
		% within WLB	35.8%	35.5%	35.6%
		% of Total	15.0%	20.6%	35.6%
	36-40 tahun	Count	1	5	6
		% within Umur	16.7%	83.3%	100.0%
		% within WLB	1.5%	5.4%	3.8%
		% of Total	0.6%	3.1%	3.8%
	diatas 41 tahun	Count	3	5	8
		% within Umur	37.5%	62.5%	100.0%
		% within WLB	4.5%	5.4%	5.0%
		% of Total	1.9%	3.1%	5.0%
Total		Count	67	93	160
		% within Umur	41.9%	58.1%	100.0%
		% within WLB	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	7.063[a]	4	.133	.131		
Likelihood Ratio	8.075	4	.089	.116		
Fisher's Exact Test	6.920			.132		
Linear-by-Linear Association	.019[b]	1	.889	.927	.483	.073
N of Valid Cases	160					

a. 5 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2,51.

b. The standardized statistic is ,140.

Masa Kerja * Kategori WLB

Crosstab

			WLB		Total
			Tidak Seimbang	Seimbang	
Masa_Kerja	1-5 tahun	Count	27	46	73
		% within Masa_Kerja	37.0%	63.0%	100.0%
		% within WLB	40.3%	49.5%	45.6%
		% of Total	16.9%	28.8%	45.6%
	6-10 tahun	Count	35	43	78
		% within Masa_Kerja	44.9%	55.1%	100.0%
		% within WLB	52.2%	46.2%	48.8%
		% of Total	21.9%	26.9%	48.8%
	diatas 10 tahun	Count	5	4	9
		% within Masa_Kerja	55.6%	44.4%	100.0%
		% within WLB	7.5%	4.3%	5.6%
		% of Total	3.1%	2.5%	5.6%
Total		Count	67	93	160
		% within Masa_Kerja	41.9%	58.1%	100.0%
		% within WLB	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	1.697[a]	2	.428	.456		
Likelihood Ratio	1.692	2	.429	.456		
Fisher's Exact Test	1.746			.424		
Linear-by-Linear Association	1.668[b]	1	.197	.226	.124	.047
N of Valid Cases	160					

a. 1 cells (16,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,77.

b. The standardized statistic is -1,291.

Unit Bagian * Kategori WLB

Crosstab

			WLB		Total
			Tidak Seimbang	Seimbang	
Unit_Bagian	Medical	Count	6	11	17
		% within Unit_Bagian	35.3%	64.7%	100.0%
		% within WLB	9.0%	11.8%	10.6%
		% of Total	3.8%	6.9%	10.6%
	HSSE	Count	14	18	32
		% within Unit_Bagian	43.8%	56.3%	100.0%
		% within WLB	20.9%	19.4%	20.0%
		% of Total	8.8%	11.3%	20.0%
	Lubricants	Count	9	12	21
		% within Unit_Bagian	42.9%	57.1%	100.0%
		% within WLB	13.4%	12.9%	13.1%
		% of Total	5.6%	7.5%	13.1%
	Retail	Count	4	8	12
		% within Unit_Bagian	33.3%	66.7%	100.0%
		% within WLB	6.0%	8.6%	7.5%
		% of Total	2.5%	5.0%	7.5%
	ASSET	Count	8	9	17
		% within Unit_Bagian	47.1%	52.9%	100.0%

		% within WLB	11.9%	9.7%	10.6%
		% of Total	5.0%	5.6%	10.6%
	Aviation	Count	1	1	2
		% within Unit_Bagian	50.0%	50.0%	100.0%
		% within WLB	1.5%	1.1%	1.3%
		% of Total	0.6%	0.6%	1.3%
	S&D	Count	14	20	34
		% within Unit_Bagian	41.2%	58.8%	100.0%
		% within WLB	20.9%	21.5%	21.3%
		% of Total	8.8%	12.5%	21.3%
	IT	Count	10	11	21
		% within Unit_Bagian	47.6%	52.4%	100.0%
		% within WLB	14.9%	11.8%	13.1%
		% of Total	6.3%	6.9%	13.1%
	PEC	Count	0	1	1
		% within Unit_Bagian	0.0%	100.0%	100.0%
		% within WLB	0.0%	1.1%	0.6%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.6%
	CSR	Count	0	1	1
		% within Unit_Bagian	0.0%	100.0%	100.0%
		% within WLB	0.0%	1.1%	0.6%
		% of Total	0.0%	0.6%	0.6%
	HC	Count	1	1	2
		% within Unit_Bagian	50.0%	50.0%	100.0%
		% within WLB	1.5%	1.1%	1.3%
		% of Total	0.6%	0.6%	1.3%
Total		Count	67	93	160
		% within Unit_Bagian	41.9%	58.1%	100.0%
		% within WLB	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	41.9%	58.1%	100.0%

Chi-Square Tests

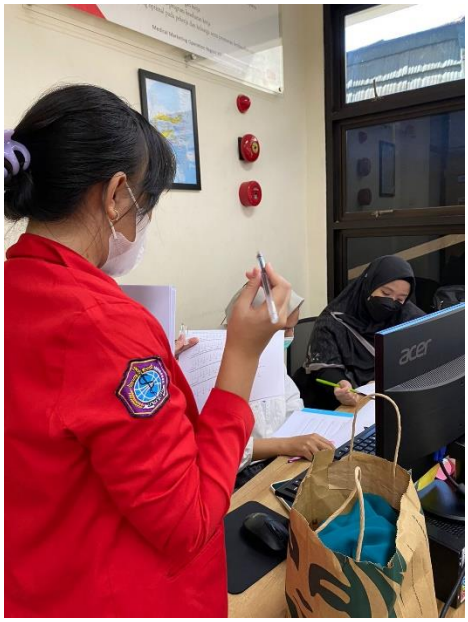
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	2.745[a]	10	.987	.998		
Likelihood Ratio	3.483	10	.968	.998		
Fisher's Exact Test	3.263			.998		
Linear-by-Linear Association	.055[b]	1	.814	.829	.419	.024
N of Valid Cases	160					

a. 8 cells (36,4%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,42.

b. The standardized statistic is -,235.

Lampiran 4. Dokumentasi

SAFETY
GOGGLE


acer

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian

Surat Izin Penelitian - Form_K011191014_s1_a03 pdf https://siaap.unhas.ac.id/p_cetak?get=402bb0cd-18df5e65-04a3744

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jln. Perintis Kemerdekaan KM.10 Kota Makassar 90245, Propinsi Sulawesi Selatan
Telp : (0411) 585658, Website: https://fkm.unhas.ac.id, Mail : fkm.unhas@gmail.com

Nomor : 2722/UN4.14.8/PT.01.04/2023
Lampiran : -
Perihal : **Permohonan Izin Penelitian**

Makassar, 07 Maret 2023

Kepada
Yth. : Kepala Dinas **Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu** Provinsi Sulawesi Selatan
Cq. Bidang **Penyelenggara Pelayanan Perizinan**
di -
Makassar

Dengan hormat, Kami sampaikan bahwa mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin bermaksud untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.

Sehubungan dengan itu, kami mohon kiranya bantuan Bapak dapat memberikan izin untuk penelitian kepada :

Nama Mahasiswa	: BLESSING GLORIA
Nomor Pokok	: K011191014
Program Studi	: S1 - Kesehatan Masyarakat
Departemen	: Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Judul Penelitian	: Hubungan Beban Kerja Mental Dan Stres Kerja Dengan Worklife Balance Pekerja Di PT. Pertamina Patra Niaga Regional Sulawesi
Lokasi Penelitian	: PT. Pertamina Patra Niaga Regional Sulawesi
Tim Pembimbing	: 1. Prof. Dr. Atjo Wahyu, SKM., M.Kes. 2. Prof. Dr. dr. Syamsiar S. Russeng, MS.

Atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami sampaikan banyak terima kasih.

a.n. Dekan
Ketua Program Studi
Sarjana Kesehatan Masyarakat

Dr. Hasnawati Amqam,S.KM.,M.Sc
NIP. 197604182005012001

Tembusan :
1. Dekan FKM Unhas (Sebagai laporan)
2. Para Wakil Dekan FKM Unhas
3. Masing-masing Pembimbing
4. Mahasiswa Bersangkutan
5. Arsip

#this document was generated by siaap app fkm-uh in 2023-03-07 14:58:52

1 of 1 3/7/2023, 2:59 PM

PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl.Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
Website : http://simap-new.sulselprov.go.id Email : ptsp@sulselprov.go.id
Makassar 90231

Nomor : **12989/S.01/PTSP/2023**
Lampiran : -
Perihal : **Izin penelitian**

Kepada Yth.
Pimpinan PT Pertamina Patra Niaga
Reg. Sulawesi

di-
Tempat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar Nomor : 2722/UN4.14.8/PT.01.04/2023 tanggal 07 Maret 2023 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	:	**BLESSING GLORIA SUMANTI**
Nomor Pokok	:	K011191014
Program Studi	:	Kesehatan Masyarakat
Pekerjaan/Lembaga	:	Mahasiswa (S1)
Alamat	:	Jl. P. Kemerdekaan Km, 10 Makassar

ptsp
PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

" HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA DENGAN WORKLIFE BALANCE PEKERJA DI PT. PERTAMINA PATRA NIAGA REGIONAL SULAWESI "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. ***10 Maret s/d 10 April 2023***

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami ***menyetujui*** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
Pada Tanggal 10 Maret 2023

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN

Ir. H. SULKAF S LATIEF, M.M.
Pangkat : PEMBINA UTAMA MADYA
Nip : 19630424 198903 1 010

Tembusan Yth
1. Dekan Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar di Makassar;
2. *Pertinggal.*

Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup

Nama : Blessing Gloria Sumanti

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir : Tomohon, 12 Agustus 2001

Suku : Minahasa - Manado

Alamat : Jl. Gunung Latimojong, Kompleks Ruko Metro
Square C. 28

Riwayat Pendidikan :

1. TK Negeri Pembina Semarang (2006 – 2007)
2. SD Kristen TriTunggal Semarang (2007 – 2013)
3. SMP Krista Mitra Semarang (2013 – 2015)
4. SMP Filadelfia Makassar (2015 – 2016)
5. SMA Katolik Rajawali Makassar (2016 – 2019)
6. Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (2019 – 2023)
   Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin