

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA
TERHADAP STRES KERJA PADA STAF UNIVERSITAS
BAKTI TUNAS HUSADA**

KARYA TULIS ILMIAH



**MUHAMMAD DIVA PRATAMA FIRMANSYAH
11035123039**

**PROGRAM STUDI DIII ANALIS KESEHATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
JULI 2026**

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA
TERHADAP STRES KERJA PADA STAF UNIVERSITAS
BAKTI TUNAS HUSADA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Analisis Kesehatan**



**MUHAMMAD DIVA PRATAMA FIRMANSYAH
11035123039**

**PROGRAM STUDI DIII ANALIS KESEHATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
JULI 2026**

ABSTRAK

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN KELELAHAN KERJA TERHADAP STRES KERJA PADA STAF UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA

Muhammad Diva Pratama Firmansyah, Yane Liswanti, M.KM., Rochmanah
Suhartati, M.Si

DIII Analis Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada, Tasikmalaya

Abstrak

Stres kerja merupakan salah satu risiko psikososial yang dapat menurunkan produktivitas, kesejahteraan, dan kualitas pelayanan di lingkungan kerja. Beban kerja dan kelelahan kerja diduga berhubungan dengan munculnya stres kerja, namun pola hubungan tersebut dapat berbeda pada kelompok dosen dan tenaga kependidikan di perguruan tinggi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara beban kerja, kelelahan kerja, dan stres kerja serta membandingkan tingkat beban kerja, kelelahan kerja, dan stres kerja antara dosen dan tenaga kependidikan di Universitas Bakti Tunas Husada. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional terhadap 50 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Beban kerja diukur menggunakan *National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA-TLX)*, kelelahan kerja menggunakan *Copenhagen Burnout Inventory (CBI)*, dan stres kerja menggunakan *Perceived Stress Scale (PSS-10)*. Analisis data meliputi analisis univariat, uji normalitas Shapiro-Wilk, uji beda Mann-Whitney, dan uji korelasi Spearman Rank dengan tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata beban kerja sebesar 75,86 (kategori tinggi), kelelahan kerja sebesar 66,87 (kategori sedang), dan stres kerja sebesar 68,68 (kategori tinggi). Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat beban kerja, kelelahan kerja, maupun stres kerja antara dosen dan tenaga kependidikan ($p > 0,05$). Pada kelompok dosen, hanya kelelahan kerja yang berhubungan signifikan dengan stres kerja ($p < 0,05$), sedangkan pada kelompok tenaga kependidikan terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja, kelelahan kerja dengan stres kerja, serta beban kerja dengan kelelahan kerja ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola hubungan antarvariabel berbeda pada kedua kelompok sehingga pengendalian risiko psikososial melalui program Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) perlu disesuaikan dengan karakteristik pekerjaan di lingkungan perguruan tinggi.

Kata kunci: beban kerja, kelelahan kerja, stres kerja, staf.

Abstract

Work stress is one of the psychosocial occupational hazards that can reduce productivity, well-being, and the quality of services in the workplace. Workload and work fatigue are considered factors associated with the development of work stress, although their relationships may differ between academic staff and administrative staff in higher education institutions. This study aimed to analyze the relationships among workload, work fatigue, and work stress, as well as to compare the levels of workload, work fatigue, and work stress between academic staff and administrative staff at Bakti Tunas Husada University. A quantitative study with a cross-sectional design was conducted involving 50 respondents selected using purposive sampling. Workload was assessed using the National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA-TLX), work fatigue was measured using the Copenhagen Burnout Inventory (CBI), and work stress was evaluated using the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data were analyzed using descriptive statistics, the Shapiro-Wilk normality test, the Mann-Whitney U test, and Spearman's rank correlation test at a significance level of 5%. The results showed that the mean workload score was 75.86 (high category), the mean work fatigue score was 66.87 (moderate category), and the mean work stress score was 68.68 (high category). No significant differences were found in workload, work fatigue, or work stress between academic staff and administrative staff ($p > 0.05$). Among academic staff, only work fatigue was significantly associated with work stress ($p < 0.05$). In contrast, among administrative staff, significant relationships were found between workload and work stress, work fatigue and work stress, as well as workload and work fatigue ($p < 0.05$). These findings indicate that the relationships among the study variables differ between the two occupational groups, highlighting the need for sustainable occupational health and safety (OHS) programs tailored to the characteristics of each group in higher education institutions.

Keywords: workload, work fatigue, work stress, staff.