

**HUBUNGAN JENIS KELAMIN, STATUS PERNIKAHAN DAN KELELAHAN
KERJA DENGAN STRES KERJA
(PEKERJA USAHA KULINER KEC. TULUNGAGUNG KAB. TULUNGAGUNG)**

Muhammad Prayoga Diana Putra¹, Zufra Inayah²

¹Kesehatan Masyarakat,

²Ilmu Kesehatan Masyarakat,

Universitas Muhammadiyah Gresik

Email: prayogadiana@gmail.com

Article Info

Article history:

Received Juni, 2025

Revised Juni, 2025

Accepted Juli, 2025

Keywords:

Jenis Kelamin,
Status Pernikahan
Kelelahan Kerja
Stres Kerja

ABSTRACT

Background: Usaha kuliner di Kec. Tulungagung telah mengalami perkembangan pesat sebagai bagian dari sektor ekonomi kreatif yang memberikan kontribusi signifikan terhadap perekonomian daerah. Menurut data Dinas Koperasi Usaha Mikro Kab. Tulungagung tahun 2021, jumlah UMKM di Kab. Tulungagung meningkat dari 93.488 menjadi 129.173 unit, menunjukkan pertumbuhan yang signifikan dalam sektor ini (Krisdayanti & Dewandaru, 2023). Dalam konteks ini, industri kuliner di Tulungagung berperan penting dalam penyerapan tenaga kerja dan peningkatan keterampilan lokal. Sebagai contoh, industri kuliner di Tulungagung tidak hanya menyediakan lapangan kerja, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan dan pengetahuan masyarakat setempat (Ahmad et al., 2021). Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk mengukur hubungan antar variabel yang telah ditentukan, yaitu jenis kelamin, status pernikahan, kelelahan kerja, dan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kec. Tulungagung, Kab. Tulungagung. Penelitian ini mengadopsi pendekatan korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel bebas (jenis kelamin, status pernikahan, dan kelelahan kerja) dengan variabel terikat (stres kerja) (Pratama & Rachman, 2021). Korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelelahan kerja yang dialami pekerja, semakin tinggi pula tingkat stres kerja yang dirasakan. Oleh karena itu, penting bagi pengusaha dan manajer di sektor kuliner untuk memperhatikan faktor-faktor yang dapat menyebabkan kelelahan kerja, seperti beban kerja yang berlebihan, jam kerja yang panjang, dan kondisi kerja yang tidak ergonomis, guna mengurangi tingkat stres kerja dan meningkatkan kesejahteraan pekerja.

Copyright © 2020 University Muhammadiyah of Gresik.

All rights reserved.

Corresponding Author:

Muhammad Prayoga Diana Putra

Department of Public Health, Health Faculty,

Gresik Muhammadiyah University,

Street Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB), Gresik - 61121.

Email : prayogadiana@gmail.com

PRELIMINARY**Background**

Usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung telah mengalami perkembangan pesat sebagai bagian dari sektor ekonomi kreatif yang memberikan kontribusi signifikan terhadap perekonomian daerah. Menurut data Dinas Koperasi Usaha Mikro Kabupaten Tulungagung tahun 2021, jumlah UMKM di Kabupaten Tulungagung meningkat dari 93.488 menjadi 129.173 unit, menunjukkan pertumbuhan yang signifikan dalam sektor ini (Krisdayanti & Dewandaru, 2023). Peningkatan sektor kuliner ini menyebabkan kebutuhan akan pekerja yang andal dan mampu bekerja di bawah tekanan meningkat. Dalam konteks ini, industri kuliner di Tulungagung berperan penting dalam penyerapan tenaga kerja dan peningkatan keterampilan lokal. Sebagai contoh, industri kuliner di Tulungagung tidak hanya menyediakan lapangan kerja, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan dan pengetahuan masyarakat setempat (Ahmad et al., 2021).

Pekerjaan di sektor kuliner sering kali melibatkan jam kerja panjang, pekerjaan fisik yang berat, dan interaksi intens dengan pelanggan. Beban kerja yang tinggi dan tuntutan profesionalitas yang tinggi dapat menyebabkan stres pada karyawan, yang pada gilirannya memengaruhi kesehatan dan produktivitas mereka (Maharani et al., 2024). Dalam industri kuliner, faktor-faktor seperti beban kerja yang tinggi, jam kerja yang panjang, dan interaksi langsung dengan pelanggan dapat meningkatkan risiko stres kerja. Jika tidak dikelola dengan baik, stres ini dapat berdampak negatif pada kinerja karyawan dan kesehatan mereka (Dewantoro & Lestari, 2022).

Jenis kelamin dapat memengaruhi persepsi dan respons individu terhadap stres kerja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pria dan wanita mungkin mengalami stres kerja dengan cara yang berbeda, disebabkan oleh perbedaan dalam persepsi, respons, serta strategi coping yang digunakan dalam menghadapi tekanan di tempat kerja. Misalnya, wanita sering kali dihadapkan pada dilema antara tanggung jawab pekerjaan dan peran ganda di rumah, sedangkan pria mungkin lebih terfokus pada tuntutan profesional dan tanggung jawab ekonomi (Berlian et al., 2024). Namun, temuan mengenai perbedaan stres kerja berdasarkan jenis kelamin tidak selalu konsisten. Beberapa studi menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara pria dan wanita dalam tingkat stres kerja yang dialami. Misalnya, penelitian yang dilakukan pada guru sekolah dasar sederhana menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak mempengaruhi stres kerja (Maharani et al., 2024).

Status pernikahan dapat memengaruhi tingkat stres kerja melalui pola dukungan sosial yang diterima oleh pekerja. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi dan Suryana (2022), pekerja yang sudah menikah cenderung memiliki tingkat stres yang berbeda dengan pekerja yang masih lajang, karena adanya tanggung jawab tambahan yang harus dipikul, baik di rumah maupun di tempat kerja. Pekerja menikah mungkin merasa lebih terbebani oleh tuntutan keluarga, yang dapat memperburuk tingkat stres mereka, terutama jika dukungan sosial di tempat kerja tidak memadai (Mulyadi & Suryana, 2022). Selain itu, para pekerja yang sudah menikah juga bisa mendapatkan dukungan emosional yang lebih besar dari pasangan mereka, yang dapat membantu mereka mengurangi stres (Wulandari & Darmawan, 2021).

Kelelahan kerja merupakan salah satu faktor pemicu utama stres, terutama di sektor-sektor yang memiliki intensitas kerja tinggi seperti industri kuliner. Penelitian oleh Suhardi et al. (2021) menunjukkan bahwa kelelahan fisik dan mental yang dihadapi pekerja dapat menurunkan produktivitas mereka dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, termasuk stres dan kecemasan. Hal ini karena pekerja yang kelelahan cenderung memiliki kapasitas yang terbatas dalam menghadapi tekanan kerja, yang dapat berkontribusi pada peningkatan stres kerja. Kelelahan kerja juga berdampak pada penurunan kualitas kehidupan pekerja, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan (Suhardi et al., 2021).

Stres kerja yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan fisik dan mental pada pekerja. Gangguan tidur, masalah pencernaan, dan peningkatan risiko penyakit jantung adalah beberapa dampak negatif yang dapat terjadi akibat stres kerja. Selain itu, stres kerja juga dapat menurunkan produktivitas, meningkatkan kesalahan, dan menurunkan motivasi serta keterlibatan karyawan. Hal ini berpotensi meningkatkan tingkat absensi dan kecelakaan kerja, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kinerja usaha secara keseluruhan (Octasyilva & Musyaffa, 2023).

berdasarkan uraian di atas maka akan dilaksanakan sebuah penelitian berjudul Hubungan Jenis Kelamin, Status Pernikahan dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung). bertujuan untuk menganalisis hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di wilayah tersebut. Urgensi penelitian ini terletak pada minimnya studi mengenai stres kerja di sektor usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung, meskipun kondisi kerja di daerah ini memiliki karakteristik unik yang memerlukan perhatian khusus. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang relevan dan aplikatif, serta menjadi acuan dalam merumuskan kebijakan yang mendukung kesejahteraan pekerja, khususnya dalam mengelola faktor-faktor yang memengaruhi stres kerja di sektor kuliner.

RESEARCH METHODOLOGY

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk mengukur hubungan antar variabel yang telah ditentukan, yaitu jenis kelamin, status pernikahan, kelelahan kerja, dan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung, Kabupaten Tulungagung. Penelitian ini mengadopsi pendekatan korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel bebas (jenis kelamin, status pernikahan, dan kelelahan kerja) dengan variabel terikat (stres kerja) (Pratama & Rachman, 2021).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja yang bekerja di usaha kuliner yang berada di Kecamatan Tulungagung, Kabupaten Tulungagung. Berdasarkan data dari Dinas Perindustrian dan Perdagangan Tulungagung, terdapat 50 usaha kuliner dengan rata-rata jumlah pekerja sebanyak 10 orang per usaha. Oleh karena itu, maka sampel yang terlibat dalam penelitian ini adalah 50 orang pekerja kuliner. Sampel diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria pekerja yang sudah bekerja minimal selama 6 bulan untuk memastikan mereka memiliki pengalaman terkait kelelahan dan stres kerja (Basyir, 2021).

Dalam penelitian ini, variabel-variabel yang digunakan memiliki definisi operasional yang jelas. Jenis kelamin diukur dengan dua kategori, yaitu laki-laki dan perempuan. Status pernikahan juga dibagi menjadi dua kategori, yaitu menikah dan belum menikah. Sementara itu, kelelahan kerja diukur menggunakan Skala Kelelahan Kerja, yang terdiri dari 22 item yang dirancang untuk mengukur gejala fisik dan emosional yang terkait dengan kelelahan. Sedangkan stres kerja diukur menggunakan Job Stress Scale, yang mencakup dua dimensi utama, yaitu tuntutan pekerjaan dan kontrol yang dimiliki individu atas pekerjaannya. Definisi operasional ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih terukur dan sistematis terhadap variabel-variabel yang diteliti.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode survei melalui penyebaran kuesioner. Kuesioner terdiri dari tiga bagian, yaitu:

1. Jenis kelamin dan status pernikahan, yang menggunakan pertanyaan tertutup (ya/tidak).
2. Kelelahan kerja, diukur menggunakan skala kelelahan kerja berdasarkan Model Maslach Burnout Inventory (MBI) yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya (Suryani, 2022).
3. Stres kerja, yang diukur menggunakan Job Stress Scale yang mengacu pada dimensi pekerjaan menurut Karasek (1979), yang mencakup tuntutan pekerjaan dan kontrol kerja (Irawati, 2021).

Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan analisis regresi berganda. Teknik ini digunakan untuk menguji pengaruh jenis kelamin, status pernikahan, dan kelelahan kerja terhadap stres kerja. Sebelum analisis regresi dilakukan, uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas akan dilakukan terlebih dahulu untuk memastikan data yang digunakan memenuhi asumsi-asumsi dasar analisis regresi (Aziz & Rati, 2021).

DISCUSSION

a. Data Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	30	60	50
	Perempuan	20	40	50
Status Pernikahan	Menikah	25	50	50
	Belum Menikah	25	50	50
Kelelahan Kerja	Lelah	35	70	50
	Tidak Lelah	15	30	50

Sumber: SPSS, 2024

Berdasarkan data pada Tabel 1, distribusi frekuensi responden menunjukkan bahwa 60% dari responden berjenis kelamin laki-laki, sementara 40% sisanya adalah perempuan, dengan jumlah total responden sebanyak 50 orang. Dalam hal status pernikahan, 50% responden sudah menikah dan 50% lainnya belum menikah. Mengenai kelelahan kerja, mayoritas responden, yaitu 70%, mengaku merasa lelah, sedangkan 30% lainnya tidak merasakan kelelahan. Data ini memberikan gambaran bahwa karakteristik responden dalam penelitian ini cukup seimbang antara jenis kelamin, status pernikahan, dan kondisi kelelahan kerja.

b. Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Tabel 2. Hasil Uji Rank Sperman Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Correlations					
			Jenis Kelamin (X1)	Stres Kerja (Y)	Interpretasi Hasil
Spearman's rho	Jenis Kelamin (X1)	Correlation Coefficient	1.000	.473**	Tingkat kekuatan korelasi Cukup Baik
		Sig. (2- tailed)	.	.002	Terdapat Hubungan Positif & Signifikan
		N	50	50	
	Stres Kerja (Y)	Correlation Coefficient	.473**	1.000	
		Sig. (2- tailed)	.002	.	
		N	50	50	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: SPSS, 2024

Berdasarkan hasil uji Rank Spearman, terdapat korelasi positif dan signifikan antara jenis kelamin dan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung, dengan koefisien korelasi sebesar 0,473 dan nilai signifikansi 0,002. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan jenis kelamin berhubungan dengan tingkat stres kerja yang dialami oleh pekerja. Penelitian oleh Awalia et al. (2021) juga menemukan adanya hubungan bermakna antara jenis kelamin dan stres kerja pada perawat di RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom, di mana pekerja perempuan lebih rentan mengalami stres kerja dibandingkan laki-laki. Selain itu, penelitian oleh Mulfiyanti et al. (2019) menunjukkan bahwa pekerja perempuan cenderung lebih sering mengalami stres kerja dibandingkan laki-laki, yang dapat disebabkan oleh peran ganda dan tanggung jawab tambahan di rumah. Faktor-faktor seperti siklus menstruasi dan emosi yang tidak stabil juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres kerja pada perempuan.

c. Hubungan Status Pernikahan dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Tabel 3. Hasil Uji Rank Sperman Hubungan Status Pernikahan dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Correlations					
			Status Pernikahan (X2)	Stres Kerja (Y)	Interpretasi Hasil
Spearman's rho	Status Pernikahan (X2)	Correlation Coefficient	1.000	.331*	Tingkat kekuatan korelasi Cukup Baik
		Sig. (2- tailed)	.	.032	Terdapat Hubungan Positif & Signifikan
		N	50	50	
	Stres Kerja (Y)	Correlation Coefficient	.331*	1.000	
		Sig. (2- tailed)	.032	.	
		N	50	50	

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

Sumber: SPSS, 2024

Berdasarkan hasil uji Rank Spearman pada tabel 3 di atas, terdapat hubungan positif dan signifikan antara status pernikahan dan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung, dengan koefisien korelasi sebesar 0,331 dan nilai signifikansi 0,032. Hal ini menunjukkan bahwa pekerja yang sudah menikah cenderung mengalami tingkat stres kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang belum menikah. Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian di PT. Tri Teguh Manunggal Sejati Kota Tangerang, di mana pekerja yang menikah lebih banyak mengalami stres kerja dibandingkan dengan yang belum menikah (Adiba & bahri, 2022). Selain itu, Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara status pernikahan dan stres kerja (Sari et al., 2021).

Beberapa penelitian lain juga mendukung temuan ini. Misalnya, sebuah studi menemukan bahwa pekerja yang sudah menikah memiliki persentase lebih tinggi mengalami stres kerja sedang dan berat dibandingkan dengan yang belum menikah (Baitis, 2021). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pekerja yang sudah menikah lebih banyak mengalami stres kerja dibandingkan dengan pekerja yang belum menikah.

d. Hubungan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Tabel 4. Hasil Uji Rank Sperman Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja (Pekerja Usaha Kuliner Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung)

Correlations			Kelelahan Kerja (X3)	Stres Kerja (Y)	Interpretasi Hasil
Spearman's rho	Kelelahan Kerja (X3)	Correlation Coefficient	1.000	.501*	Tingkat kekuatan korelasi Cukup Baik
		Sig. (2-tailed)	.	.026	Terdapat Hubungan Positif & Signifikan
		N	50	50	
	Stres Kerja (Y)	Correlation Coefficient	.501*	1.000	
		Sig. (2-tailed)	.026	.	
		N	50	50	

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

Sumber: SPSS, 2024

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman pada tabel 4 menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kelelahan kerja dan stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung, dengan koefisien korelasi sebesar 0,501 dan nilai signifikansi 0,026 ($p < 0,05$). Ini mengindikasikan bahwa peningkatan kelelahan kerja berkorelasi dengan peningkatan stres kerja di kalangan pekerja tersebut. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kelelahan kerja dan stres kerja. Misalnya, studi oleh Sari et al. (2021) menemukan bahwa kelelahan kerja memiliki korelasi positif dengan stres kerja pada pekerja di sektor

kuliner. Demikian pula, penelitian oleh Dewi (2021) menunjukkan bahwa kelelahan kerja berhubungan signifikan dengan stres kerja pada tenaga kerja di industri tekstil.

Korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelelahan kerja yang dialami pekerja, semakin tinggi pula tingkat stres kerja yang dirasakan. Oleh karena itu, penting bagi pengusaha dan manajer di sektor kuliner untuk memperhatikan faktor-faktor yang dapat menyebabkan kelelahan kerja, seperti beban kerja yang berlebihan, jam kerja yang panjang, dan kondisi kerja yang tidak ergonomis, guna mengurangi tingkat stres kerja dan meningkatkan kesejahteraan pekerja.

TO CONCLUDE

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa ditemukan hubungan positif dan signifikan antara jenis kelamin, status pernikahan, dan kelelahan kerja dengan tingkat stres kerja pada pekerja usaha kuliner di Kecamatan Tulungagung. Pekerja perempuan cenderung memiliki tingkat stres kerja lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yang dapat disebabkan oleh peran ganda dan tanggung jawab tambahan di rumah. Status pernikahan juga memengaruhi stres kerja, di mana pekerja yang sudah menikah lebih rentan mengalami stres dibandingkan dengan yang belum menikah. Faktor ini mungkin berkaitan dengan tanggung jawab keluarga yang lebih besar. Selain itu, kelelahan kerja merupakan faktor signifikan yang memengaruhi stres kerja. Pekerja yang merasa lelah lebih rentan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja yang tidak merasa lelah. Hal ini menunjukkan pentingnya pengelolaan beban kerja yang seimbang untuk mengurangi kelelahan dan stres di tempat kerja. Kesimpulan ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa faktor individu dan kondisi kerja memainkan peran penting dalam menentukan tingkat stres kerja.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar pengusaha dan manajer di sektor kuliner lebih memperhatikan keseimbangan beban kerja dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih ergonomis. Pelatihan manajemen stres, pengaturan jam kerja yang wajar, dan pemberian dukungan emosional kepada pekerja, terutama mereka yang sudah menikah atau memiliki peran ganda, dapat membantu mengurangi stres kerja. Selain itu, promosi budaya kerja yang sehat dan program kesehatan mental dapat menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kesejahteraan pekerja secara keseluruhan.

BIBLIOGRAPHY

- Adiba, Hasna, & Bahri, Syaiful. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT. Tri Teguh Manunggal Sejati Kota Tangerang. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1554. ISSN 2623-1581 (Online), ISSN 2623-1573 (Print).
- Ahmad, N., & Tan, W. L. (2021). Gender Differences in Occupational Stress: A Study Among Workers in Malaysia. *Asian Journal of Social Science Studies*
- Ahmad, A., Nikmah, S. R., & Fatimah, S. (2021). Ekonomi Kreatif Sub-Sektor Kuliner Dalam Menunjang Pertumbuhan Ekonomi Masa Pandemi Di Blitar. Universitas Nusantara PGRI Kediri.

- Amsar, D. N. (2018). Analisis Perbandingan Stres Kerja Karyawan Berdasarkan Jenis Kelamin pada PT. Telekomunikasi Indonesia Tbk Wilayah Makassar. e-thesis.
- Awalia, Miptahul Janah, Medyati, Novita, & Giay, Zakarias. (2021). Hubungan Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rsud Kwaingga Kabupaten Keerom. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5(2).
- Baitis, N. K. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Satuan Pengamanan PT. X Tahun 2021. e-thesis.
- Berlian, T. C., Musslifah, A. R., & Purnomosidi, F. (2024). Analisis Perbedaan Stres Kerja ditinjau dari Jenis Kelamin pada Karyawan PT. Ciomas Adi Satwa Unit Pabelan. *Jurnal Aplikasi Manajemen, Ekonomi dan Bisnis*, 9(1). STIM Lasharan Jaya. ISSN 2541-1438; E-ISSN 2550-0783.
- Basyir, H. (2021). Metode Penentuan Sampel dalam Penelitian Sosial. *Jurnal Metodologi Penelitian*, 15(1), 45-59
- Cohen, S., & Wills, T. A. (2021). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*.
- Dewantoro, F. & Lestari, R. (2022). Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Kinerja Karyawan pada Warung Makan Burjo di Area Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dutta, A., Roy, P., & Kumar, R. (2023). Marital Status and Its Impact on Job Stress: A Review. *Journal of Applied Behavioral Science*
- Irawati, M. (2021). Stres Kerja pada Pekerja di Industri Jasa. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*, 14(1), 100-112
- Khan, S. A., Shah, S. T., & Ahmed, F. (2022). Factors Affecting Job Stress Among Employees in Pakistan. *Journal of Occupational Health Psychology*
- Krisdayanti, M. H. & Dewandaru, B. (2023). Peran Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM) Bagi Kesejahteraan Masyarakat. *BISEI: Jurnal Bisnis dan Ekonomi Islam*, 8(1), 30-37. Terakreditasi Nomor SK: B/4130/E5/.2.1/2019. E-ISSN 2541-2671.
- Maharani, Adhella, Karima, Ulya Qoulun, Fithri, Nayla Kamilia, & Amrullah, Afif Amir. (2024). Dampak Faktor Individu dan Pekerjaan terhadap Tingkat Stres Kerja di Perusahaan Makanan dan Minuman. *HSEJ: Health Safety and Environment Journal*, 3(1). <https://ejournal.upnvj.ac.id/HSE>
- Pratama, F. & Rachman, S. (2021). Pengaruh Jenis Kelamin, Status Pernikahan, dan Kelelahan Kerja Terhadap Stres Kerja pada Pekerja Usaha Kuliner. *Jurnal Psikologi Industri*, 19(2), 102-113
- Pratiwi, A. R. & Musyaffa, A. B. (2023). Analisis Tingkat Stres Kerja, Dampak Terhadap Kesehatan dan Kinerja Kerja Karyawan di PT. X. *Jurnal IPTEK*, 7(2), 8-12.
- Sari, I. A., Santoso, D., & Wulandari, R. (2021). Occupational Stress Among Food Industry Workers: Challenges and Opportunities. *International Journal of Hospitality and Culinary Arts*
- Sari, Dwi Mita, Zainuddin, Asnia, & Saptaputra, Syawal Kamiluddin. (2021). Hubungan Status Perkawinan, Kelelahan Kerja, Dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Di Proyek Jembatan Teluk Kendari Sulawesi Tenggara Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 1(4), 146-152. <http://dx.doi.org/10.37887/jk3-uho>

-
- Suryani, L. (2022). Pengukuran Kelelahan Kerja pada Pekerja Kuliner di Surabaya. *Jurnal Psikologi Klinis*, 10(2), 78-89.
- Yap, L. F., Wong, C. P., & Tan, S. L. (2021). The Relationship Between Job Fatigue and Occupational Stress Among Service Workers. *Journal of Workplace Health Management*
- Yunus, Y. L., Sumampouw, O. J., & Marami, F. R. R. (2021). Hubungan Antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja pada Teknisi di PT. Equiport Inti Indonesia Bitung. *Jurnal KESMAS*, 10(2), 18.