

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, A., Abubakar, H., & Setiawan, L. (2022). *Disiplin dan Motivasi Kerja Pegawai Negeri Sipil*. Makassar: Chakti Pustaka Indonesia.
- Adelia, D., Cahyaningsih, N. P., Afiyah, N. N., & Maulia, I. R. (2024). *Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Pegawai: (Kajian Studi Literatur Manajemen Kinerja)*. Pusat Publikasi Ilmu Manajemen, 2(1), 123-139.
- Adil, A., Liana, Y., Mayasari, R., Lamonge, A. S., Ristiyana, R., Saputri, F. R., et al. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori dan praktik*. Get Press Indonesia.
- Amna, Y., & Qasabandiyah, M. K. (2025). *Pengaruh Lingkungan Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada PT Saptalndra Sejati*. Journal of Management and Business Accounting, 3(1), 01-11.
- Andriani, A. D., Mulyana, A., Widarnandana, I. G. D., Armunanto, A., Sumiati, I., Susanti, L., et al. (2022). *Manajemen Sumber Daya Manusia (Vol. 1)*. Tohar Media.
- Annisa, N. N. (2025). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Anwar, D. K., & Wolor, C. W. (2025, April). *Analysis of Improving Human Resource Competency on Global Business Challenges at (PT P)*. In International Student Conference on Business, Education, Economics, Accounting, and Management (ISC-BEAM) (Vol. 3, No. 1, pp. 1592-1607).
- Apriyani, D., Purnamasari, E. D., & Wulandari, T. (2023). *Pengaruh Beban Kerja, Disiplin Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada PT Hindoli (A Cargill Company)*. Eksis: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Bisnis, 14(1), 8–16.
- Ardelia, S., Karimudin, Y., & Santati, P. (2024). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan di Konveksi Sakinah Palembang*. Al-Kharaj, 6(2), 879–888.
- Ardiansyah, R., Samsudin, A., Prabowo, B., Huda, M. Z. N., & Siregar, M. R. (2024). *Pengaruh Konflik dan Stress Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(18), 20-29.
- Ardiyanti, N., & Radiansyah, E. (2024). *Pengaruh Insentif dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan yang dimediasi oleh Stres Kerja*. Edu Society:

Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial dan Pengabdian kepada Masyarakat, 4(3), 1544-1553.

Armansyah, A., Rizki, M., Herman, H., & Saputra, E. K. (2024). *Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada CV. XY*. *Ekonomis: Journal of Economics and Business*, 8(2), 1443–1449.

Budiasa, I. K. (2021). *Beban Kerja dan Kinerja Sumber Daya Manusia*. CV. Pena Persada.

Candra, V., Simarmata, N. I. P., Mahyuddin, M., Purba, B., Purba, S., Chaerul, M., et al. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yayasan Kita Menulis.

Erislan, E. (2023). Buku: *Manajemen Kinerja Karyawan*.

Fatihah, S. A., & Samsudin, A. (2025). *The Influence of Employee Engagement, Workload, and Work Environment on Employee Productivity at PT. Surya Steel Surabaya*. *Indonesian Interdisciplinary Journal of Sharia Economics (IJSE)*, 8(3), 10707-10721.

Fortuna, A. T., & Nugroho, R. H. (2024). *Employee Performance at PT. Maleo Edukasi Teknologi (Educourse. id): The Impact of Work Stress and Work Environment*. *Jurnal Manajemen*, 15(1), 204-215.

Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26 (Edisi 10)*. Universitas Diponegoro.

Hanifah, H., Salsabillah, L., Fitri, A. T., Febriani, R. M., & Hidayatullah, R. (2025). *Landasan Teori, Penelitian Relevan, Kerangka Berpikir dan Hipotesis Penelitian Pendidikan*. *IHSAN*, 3(2), 391–404.

Hasanah, S. N., & Prabowo, B. (2023). *Pengaruh Lingkungan Kerja, Motivasi Kerja dan Stress Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada CV Swet Seventeen Sidoarjo*. *Reslaj*, 5(2), 557–574.

Iba, Z., & Wardhana, A. (2024). *Analisis Regresi dan Analisis Jalur untuk Riset Bisnis*. CV. Eureka Media Aksara.

Iba, Z., & Wardhana, A. (2023). *Metode Penelitian*. Eureka Media Aksara.

Ilham, N. R., & Prasetio, A. P. (2022). *Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. *Jurnal Penelitian Ipteks*, 7(2), 96–104.

Indartini, M., & Mutmainah, M. (2024). *Analisis Data Kuantitatif*.

- Indrayana, D. S., & Putra, F. I. F. S. (2024). *Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. Jurnal Ilmu Ekonomi, Manajemen dan Bisnis, 2(1), 9–18.
- Irwan, A., Ismail, A., & Latif, N. (2022). *Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. Kinerja, 19(2), 522–526.
- Krisnawati, E., Artanti, K. D., & Umar, N. H. (2024). *Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian*. Media Gizi Kesmas, 13(2), 659–664.
- Kurniawan, B., Kom, S., Putra, S. A., Yuliyanti, E., SE, D. A., Metris, D., ... & Turmudhi, A. (2023). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT KIMHSAFI ALUNG CIPTA.
- Listiana, H., & Anam, K. (2025). *Strategi Penyusunan Kerangka Berpikir: Meningkatkan Kualitas Penelitian*. JURNAL LENTERA, 24(1), 146–157.
- Magdalena, M., Endayana, B., Pulungan, A. I., Maimunah, M., & Dalimunthe, N. D. (2021). *Metode Penelitian untuk Penulisan Laporan Penelitian Dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam*.
- Mubarak, M., & Hasanuddin Remmang, M. R. (2022). *Gaya Kepemimpinan Tekanan dan Motivasi Kerja*. Chakti Pustaka Indonesia.
- Muin, M. P. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Mukhtar, A. (2021). *Stres Kerja dan Kinerja di Lembaga Perbankan Syariah*. Penerbit NEM.
- Nugroho, R. A., & Prabowo, B. (2024). *Pengaruh Motivasi Kerja, Beban Kerja, dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan Gerai Alfamart*. JIIP, 7(12), 13490–13496.
- Nurjannah, N., & Dewi, R. M. (2022). *Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Beban Kerja dan Organizational Citizenship Behavior (Ocb) terhadap Kinerja Karyawan PT Alto*. Jurnal Ekonomi dan Kewirausahaan Kreatif, 7(02), 90–111.
- Oktaviani, D. N., & Irmayanti, N. (2021). *Pengaruh Stress Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. Jurnal Psikologi Wijaya Putra, 2(1), 20–28.
- Pakpahan, A. F., Prasetio, A., Negara, E. S., Gurning, K., Situmorang, R. F. R., Tasnim, T., et al. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmiah*.

- Pandiangan, J. R., & Tinambunan, A. P. (2024). *Pengaruh Beban Kerja, Kompensasi dan Budaya Organisasi terhadap Kinerja Karyawan pada PT BPR Pijer Podi Kekelengen*.
- Priatna, H. D. K., Susanti, R. K., & Arief, M. Y. (2025). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Putri, K. M. H., & Werdini, Y. E. (2025). *Artificial Intelligence Adoption, Job Insecurity, and Psychological Resilience: Challenges for Employee Adaptation in Future Work Environments*. International Journal of Issue Science, 1(5).
- Purwanto, S., Supangat, S., Esterina, M., Souhoka, S., Chandra, F., Hariputra, A., ... & Arianto, T. (2024). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- PT Pos Indonesia (Persero). (n.d.). *Pos Indonesia Official Website*. Diakses pada 2 Februari 2026, dari <https://www.posindonesia.co.id>.
- Rachmanda, Y. S., Satrio, M. Z. B., Agustian, A., & Riswandi, D. (2024). *Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Pegawai pada Badan Pengelola Pajak dan Retribusi Daerah Kota Tasikmalaya*. Jurnal Ekonomi Perjuangan, 6(2), 86-102.
- Rahayu, D. S., Samsudin, A., & Muhammad Danial, R. D. (2022). *Analisis Beban Kerja dan Kepribadian Tangguh terhadap Stres Kerja di Masa Pandemi Covid-19*. *COSTING: Journal of Economic, Business and Accounting*, 5(2), 1308-1315.
- Rahmawati, E. D., & Setia, S. (2024). *Pengaruh Kepemimpinan dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan di PT Trans-Pacific Petrochemical Indotama (TPPI) Tuban Jawa Timur*. Management Studies and Entrepreneurship Journal (MSEJ), 4(5), 4926–4936.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Penerbit KBM Indonesia.
- Salsabila, A., & Mulyana, A. R. (2024). *Manajemen Beban Kerja dan Stres Kerja: Pengaruhnya terhadap Kinerja Karyawan Bagian Produksi di PT X*. J-MAS (Jurnal Manajemen dan Sains), 9(2), 975-981.
- Salsabila, F., Ashifa, M., Fadila, N., & Hasibuan, A. (2024). *Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Tingkat Stres dan Produktivitas Karyawan*. Alahyan Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin, 2(1), 72-78.

- Santoso, A. B., & Oktafien, S. (2024). *The Impact of a Conducive Work Environment on Improving Employee Performance*. *Manajemen dan Bisnis*, 23(1), 69-80.
- Saputri, D., & Farhani, A. (2024). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT Karya Jalur Bersama*. *JAPB*, 7(2), 1236–1259.
- Sarip, S. (2023). *Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Pegawai Pt Abc Persada*. *Jurnal Manajemen Diversitas*, 3(1), 94–111.
- Sayudin, S., Astuti, A. W., Muharam, A., & Muhafifah, R. (2023). *Pengembangan Strategi Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Meningkatkan Kinerja Karyawan*. *Jurnal Inovasi Global*, 1(1), 32–37.
- Setianingsih, S., Hendri, E., & Mulyani, A. (2025). *Pengaruh Gaya Kepemimpinan dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada PT Sumatera Prima Fibreboard*. *Jurnal Media Wahana Ekonomika*, 22(3), 622–636.
- Silaen, N. R., Nurlaeli, A., Asir, M., Arta, I. P. S., Siregar, L. A., Mahriani, E., et al. (2022). *Manajemen Sumber Daya Manusia (Perspektif, Pengembangan dan Perencanaan)*. Widina Bhakti Persada.
- Sitinjak, T., Wolor, C. W., & Marsofiyati, M. (2023). *Analisis Stres Kerja Pegawai pada PT Bank X Tbk Kantor Cabang Tanah Abang*. *Ebisnis Manajemen*, 1(4), 1–7.
- Sodikin, M., & Purnomo, Y. (2023). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Deepublish.
- Suarni, N. (2025). *Buku Referensi Meningkatkan Kinerja Pegawai Pendekatan Motivasi, Lingkungan Kerja, dan Kepuasan Kerja*.
- Sugesti, H., Triputranto, B., & Akbar, H. (2022). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada Pos Internasional Bagian Ekspor di Kantor Pos Indonesia MPC Bandung*. *Pro Mark*, 12(2).
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2, cetakan ke-5). Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A., & Siska, E. (2025). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yayasan Drestanta Pelita Indonesia.
- Sukapti, S., Muliawati, L., & Mahmudi, M. (2024). *Pengaruh Lingkungan Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Delta Hasrat Anugrah Tangerang*. *Jurama*, 1(3), 191–200.

- Sukmawati, R., & Hermana, C. (2024). *Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis, 51-56.
- Sundari, S., Ilmi, Z., & Maria, S. (2023). *Pengaruh Kompetensi dan Beban Kerja serta Keterlibatan Kerja terhadap Kinerja Karyawan*. JIMM, 8(2).
- Sundry, A., & Suganda, E. I. (2024). *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan pada Pt Pertamina Ep Cepu*. Jurnal Manajemen Pratama, 1(3).
- Tiong, P. (2023). *Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM) Teori dan Praktik*. Deepublish.
- TurmuDhi, A. (2024). *Do Internal Factors Improve Employee Performance?*. Adpebi International Journal of Multidisciplinary Sciences, 3(2), 172-182.
- Vikaliana, R., Pujianto, A., Mulyati, A., Fika, R., Ronaldo, R., Reza, H. K., et al. (2022). *Ragam Penelitian dengan SPSS*. Tahta Media Grup.
- Widianti, H. (2022). *Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM): Sebuah Pengantar untuk Mahasiswa*. Penerbit NEM.
- Widyawati, R., Nursanti, F., Islam, F., Kasetty, D. M., Dfinubun, M. F., Nurmayanti, S., et al. (2025). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. CV. Intelektual Manifes Media.
- Workload, E. P. (2022). *Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan Divisi Kurir Studi pada J&T Express Garut 01*. Jurnal Ekonomi dan Bisnis, 11(4).
- Yayuk, Y., Sari, L. A., & Julianto, H. (2025). *Pengaruh Beban Kerja, Kualitas Kerja, dan Pengembangan Karir Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. RPN Pusat Penelitian Kelapa Sawit Medan*. Jurnal Akutansi Manajemen Ekonomi Kewirausahaan (JAMEK), 5(3), 530-535.
- Yunus, A. I., Setiawan, R., Fauzan, R., Widyaningrum, K., Kristanti, D., Tamara, S. Y., & Irawan, P. (2023). *Manajemen Sumber Daya Manusia (Teori)*.
- Zainal, H., & Ashar, A. I. D. (2023). *Stres Kerja*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.