

DAFTAR PUSTAKA

- Adhana, W., & Herwanto, J. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Stres Kerja Dengan Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) Di Kantor Pelayanan Bea Dan Cukai Kota Pekanbaru. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(2), 144–153. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i2.11916>
- Afdal, Ramadhani, V., Hanifah, S., Fikri, M., Hariko, R., & Syapitri, D. (2022). Kemampuan Resiliensi: Studi Kasus dari Perspektif Ibu Tunggal. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(3), 218–230. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.3.218>
- Aiken, L. R. (1980). Content Validity and Reliability of Single Items or Questionnaires. *Educational and Psychological Measurement*, 40(4), 955–959. <https://doi.org/10.1177/001316448004000419>
- Ainia, A. N., & Mariyati, L. I. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi Dengan Stress Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(1), 148–161. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i1.4106>
- Aji, H. A. K., & Lataruva, E. (2022). Analisis Pengaruh Work From Home Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Lingkungan Kerja Sebagai Variabel Moderating (Studi pada Karyawan Kantor Pelayanan Pajak Pratama Kota Pekalongan). *Diponegoro Journal Of Management*, 11(2), 1–15. Diambil dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/djom/article/view/33969>
- Aji, S. D., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Karyawan Selama Masa Pandemi Covid-19. *JBKI Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1), 1–8. https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i1.1049
- Akbar, H., Asri, A. M. D., Kaseger, H., Novitasari, D., Sarman, Aryanto, A. A., & Darmin. (2024). Hubungan Umur, Masa Kerja dan Tuntutan Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan PDAM di Kabupaten X. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.56338/promotif.v14i1.5518>
- Algahtani, F. D., Alsaif, B., Ahmed, A. A., Almishaal, A. A., Obeidat, S. T., Mohamed, R. F., ... Hassan, S. un N. (2022). Using Spiritual Connections to Cope With Stress and Anxiety During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.915290>
- Antonio, A. N., & Kurniawan, J. E. (2024). Pengaruh Resiliensi Terhadap Kinerja Karyawan dengan Job Insecurity Sebagai Mediator. *Edunomika*, 08(02), 1–16. <https://doi.org/10.29040/jie.v8i2.13152>

- Ardilla, R. R., Dwijayanto, I. M. R., & Kusumaningtyas, D. P. H. (2022). Hubungan Resiliensi terhadap Stres Kerja Perawat Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Negara. *Indonesian Journal of Health Research*, 5(1), 24–37. <https://doi.org/10.51713/idjhr.v5i1.48>
- Azhar, F., & Iriani, D. U. (2020). Determinan Stres Kerja pada Aparatur Sipil Negara Dinas Pendidikan Kota Cilegon Saat Work From Home di Era Pandemi COVID-19 Tahun 2020. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 31(1), 1–8. <https://doi.org/10.22435/mpk.v31i1.3521>
- Azizah, N., Idris, F. P., & Asrina, A. (2023). Hubungan Umur Dengan Stres Kerja Pada Pedagang New Makassar Mall Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(2), 297–304. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i4.765>
- Azwar, S. (2019). *Validitas dan Reliabilitas (4th ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badrian. (2023). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Sushi Tei Indonesia. *Jurnal Pengembangan Bisnis & Manajemen*, XXIII(43), 56–70. Diambil dari https://stiepbm.ac.id/download/jurnal-pbm-vol-xxiii-no-43-31-oktober-2023_badrian
- Bantam, D. J., Yanto, A. D., & Syach, M. E. (2021). Resilience as a Mediator of the Relationship between Stress Levels and Adaptive Performance in the Outer Islands TNI-AL (Indonesian National Army Navy). *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 11(1), 35–47. <https://doi.org/10.24127/gdn.v11i1.3587>
- Busti, M. F., Yuliasri, & Rivai, H. A. (2023). Pengaruh Beban Kerja dan Resiliensi terhadap Job Burnout dengan Stres Kerja sebagai Variabel Mediasi. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*, 5(2), 632–640. <https://doi.org/10.37034/infeb.v5i2.566>
- Cabrera-Aguilar, E., Zevallos-Francia, M., Morales-García, M., Ramírez-Coronel, A. A., Morales-García, S. B., Sairitupa-Sanchez, L. Z., & Morales-García, W. C. (2023). Resilience and Stress as Predictors of Work Engagement: The Mediating Role of Self-Efficacy in Nurses. *Frontiers : Frontiers in Psychiatry*, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1202048>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A New Resilience Scale : The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Eriska, M., Yamaly, F., & Safitri, E. (2025). Pengaruh Resiliensi, Kecerdasan Emosional Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Sriwijaya Bara Priharum Tanjung Lalang. *Jurnal Kajian Ekonomi dan Manajemen Indonesia*, 2(3), 115–125. <https://doi.org/10.61079/jkemi.v2i3.62>

- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating A Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 84(4), 461–470. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>
- Fanny, Elvinawanty, R., Falin, V., Wijaya, V., & Mirza, R. (2025). Bukan Sekadar Bertahan: Regulasi Emosi dan Resiliensi Sebagai Kunci Mengelola Stres Kerja Guru. *Jurnal Sublimapsi*, 6(2), 172–184. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v6i2.177>
- Firdauscha, M. (2024). Pengaruh Pelatihan Self Efficacy Terhadap Peningkatan Resiliensi Pada Karyawan Perusahaan X Di Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kajian Politik Lokal dan Pembangunan*, 10(3), 6–16. <https://doi.org/10.56015/gjikplp.v10i3.131>
- Fitriana, F. N., & Malahati, F. (2024). The Relationship Between Resilience and The Intensity of Social Media Use With Psychological Well-Being of Gen-Z Students. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(2), 185–194. <https://doi.org/10.26905/jpt.v19.i2.13880>
- Gede, D., Wirabrata, F., Riastini, P. N., Dharmayanti, P. A., Suryawan, P., Agung, A., ... Wisudariani, R. (2024). Pengaruh Resiliensi Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat “ Kolok ” Bengkulu. *Journal of Psychology and Instruction*, 8(3), 109–115. <https://doi.org/10.23887/jpai.v8i3.84845>
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hadi, S. (2017). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Hayati, F., Fuadah, D. Z., & Maelani, K. (2023). Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Manajemen Stres Dalam Penyusunan Skripsi. *JURNAL EDUNursing*, 7(1), 1–10. Diambil dari <http://journal.unipdu.ac.id>
- Ibrahim, B. A., & Hussein, S. M. (2024). Relationship Between Resilience at Work, Work Engagement and Job Satisfaction Among Engineers: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18507-9>
- Kermott, C. A., Johnson, R. E., Sood, R., Jenkins, S. M., & Sood, A. (2019). Is Higher Resilience Predictive of Lower Stress and Better Mental Health Among Corporate Executives? *National Library of Medicine*, 14(6), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218092>
- KiprahKita.com. (2024). Stres Kerja Ancaman Serius bagi Kesehatan Mental Pekerja. Diambil 15 Maret 2025, dari KiprahKita website: <https://www.kiprahkita.com/2024/10/stres-kerja-ancaman-serius-bagi.html>

- Kusuma, B. W., Ferdinand, N., & Sunarsi, D. (2023). Pengaruh Lingkungan Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Gema Perkasa Electronic Jakarta Barat. *Jurnal Ekonomi Utama*, 2(1), 6–9. <https://doi.org/10.55903/juria.v2i1.30>
- Lucia, R., & Kurniawan, J. E. (2019). Hubungan antara Regiliusitas dan Resiliensi pada Karyawan. *Psychopreneur Journal*, 1(2), 126–136. <https://doi.org/10.37715/psy.v1i2.838>
- Ma'dika, Z. P., & Rahmat, H. K. (2024). Peran Manajemen Karir dalam Proses Peningkatan Kinerja Karyawan dalam Suatu Perusahaan. *Journal of Current Research in Management, Policy, and Social Studies*, 1(1), 1–8. Diambil dari <https://ejournal.hakhara-institute.com/MPSS/article/view/15/12>
- Mangkunegara, A. A. P. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- MarshMcLennan. (2023). Addressing Employee Stress Is Key To A Comprehensive Benefits Strategy, According To Mercer Marsh Benefits. Diambil 15 Maret 2025, dari MarshMcLennan website: <https://www.mercer.com/en-us/about/newsroom/addressing-employee-stress-is-key-to-a-comprehensive-benefits-strategy/>
- Mirzaei, A., Mozaffari, N., & Soola, A. H. (2022). Occupational Stress and Its Relationship With Spiritual Coping Among Emergency Department Nurses and Emergency Medical Services Staff. *International Emergency Nursing*, 62, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.ienj.2022.101170>
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Faktor – faktor yang Mempengaruhi Resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 433–441. Diambil dari <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3455>
- Mudrikah, I., Hakim, A. R., & Muharsih, L. (2022). Pengaruh Resiliensi Terhadap Stres Kerja Karyawan Bagian Operator Produksi PT Muramoto Elektronika Indonesia. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(3), 44–50. <https://doi.org/10.36805/empowerment.v2i3.674>
- Ningrat, Q. S., & Mulyana, O. P. (2022). Hubungan Antara Tuntutan Pekerjaan Dengan Stres Kerja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3), 99–108. Diambil dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/46393/39055>
- Noach, G. M. C., Keraf, M. K. P. A., & Aipipedely, D. (2023). Resilience with Work Stress on Bank Employees. *Journal of Health and Behavioral Science*, 5(2), 229–239. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v5i2.9204>

- Nuari, A., & Modjo, R. (2023). Beban Kerja dan Stres Kerja Karyawan Perusahaan di Masa Pasca COVID-19 Ami Nuari. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(4), 661–665. <https://doi.org/10.33846/sf14401>
- Ocktafian, Q. (2021). Pengaruh Resiliensi Karyawan terhadap Kinerja Karyawan melalui Kepuasan Hidup. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 9(2), 830–843. <https://doi.org/10.26740/jim.v9n2.p830-843>
- Padila, & Andri, J. (2022). Beban Kerja dan Stress Kerja Perawat di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 919–926. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3582>
- Paijanto, Y., & Rahayu, P. P. (2023). Stres Kerja Di PT. X Semarang Ditinjau Dari Pekerjaan Monoton. *Jurnal IMAGE*, 03(2), 27–36. <https://doi.org/10.53873>
- Pebriyanti, B., & Kholisah, N. (2024). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Karyawan PT Pusat Gadai Indonesia. *Jurnal Kaze Multidisiplin*, 1(1), 67–71. Diambil dari <https://journals.kazepub.com/index.php/jkm/article/view/12>
- Pertiwi, J., Igianny, P. D., & Yuliasari, H. (2021). Stres Kerja Tenaga Rekam Medis Di Era Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNAS)*, 53–60. <https://doi.org/10.47701/sikenas.v0i0.1231>
- Pradana, A. D., Prayoga, Y. I., Sugiarti, R., & Suhariyadi, F. (2024). Strategi Mengurangi Kecemasan dalam Tekanan Pekerja dan Kemampuan Menyelesaikan Masalah dengan Kecerdasan Emosi Pada Karyawan. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(4), 816–829. <https://doi.org/10.23969/jp.v9i04.21647>
- Pradisya, T. (2019). Hubungan Iklim Organisasi dengan Stres Kerja pada Karyawan PT . Bank Rakyat Indonesia (PERSERO) TBK Cabang Iskandaar Muda Medan. *Skripsi*.
- Prawita, E., & Heryadi, A. (2023). Analisis Validitas Konstrak dan Analisis Konsistensi Internal pada Skala Resiliensi. *PSIMPHONI*, 4(1), 8–15. <https://doi.org/10.30595/psimphoni.v4i1.14477>
- Purnomosidi, F., & Patria, H. F. (2025). Resiliensi Pada Karyawan Pabrik Di Kota X. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 5(1), 93–103. <https://doi.org/10.53363/bureau.v5i1.519>
- Purwanto, A. B., & Sahrah, A. (2020). Resiliensi Dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Polisi Lalu Lintas. *Psikostudia : Jurnal Psikologi Jurnal Psikologi*, 9(3), 260–266. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Puspaningrum, Matulessy, A., & Rini, R. P. A. (2023). Resilience , Psychological Well-Being , and Employee Job Stress. *International Journal of Social and*

- Management Studies (IJOSMAS)*, 4(4), 101–107. <https://doi.org/10.5555/ijosmas.v4i4.363>
- Rahmawati, W., & Armiati. (2023). Pengaruh Resiliensi Akademik terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas XI SMKN 1 Painan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21898–21905. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.9988>
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). *Organizational Behavior Edition 15*.
- Sakinah, N., Amenike, D., Rahayuningsih, T., & Anggreiny, N. (2024). Pengaruh Resilience Terhadap Stres Kerja Tenaga Kesehatan Yang Berada Di Desa. *Jurnal Psibernetika*, 17(1), 30–40. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Sari, A. P., Hasanah, S., & Nursalman, M. (2024). Uji Normalitas dan Homogenitas dalam Analisis Statistik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 51329–51337. Diambil dari <http://jptam.org/index.php/jptam/article/view/24059>
- Sari, A. W. (2022). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kesejahteraan Psikologis: Dukungan Sosial Sebagai Variabel Intervening. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 10(2), 597–606. <https://doi.org/10.26740/jim.v10n2.p597-606>
- Sartika, D. (2023). *Stres Kerja* (A. T. Putranto, Ed.). Bandung: Penerbit Widina Bhakti Persada Bandung.
- Siburian, M. S., Pio, R. J., & Sambul, S. A. P. (2021). Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Kantor Pelayanan Pajak Pratama Balige Sumatera Utara. 2(5), 370–377. Diambil dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/productivity/article/view/35853>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmawati, R., & Hermana, C. (2024). Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB)*, 4(1), 51–56. <https://doi.org/10.29313/jrmb.v4i1.4019>
- Sulastrri, & Onsardi. (2020). Pengaruh Stres Kerja, dan Beban Kerja, Terhadap Kinerja Karyawan. *Journal of Management and Bussines (JOMB)*, 2(1), 83–98. <https://doi.org/10.31539/jomb.v2i1.1215>
- Syafitri, R. A., & Iryanti, E. (2022). Pengaruh Disiplin Kerja dan Kepuasan Kerja Melalui Work Engagement Terhadap Kinerja Karyawan Kantor Pos Cabang Utama Surabaya 60000. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 3(5), 2620–2627. <https://doi.org/10.37385/msej.v3i4.969>
- Syafrizaldi, Harahap, D. P., & Dalimunthe, H. A. (2023). Gambaran resiliensi pada remaja penyintas erupsi gunung sinabung kabupaten karo. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan*, 4(1), 31–37. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v4i1.202>

- Tampombebu, A. T. V., & Wijono, S. (2022). Resiliensi dan Stres Kerja pada Karyawan yang Bekerja di Masa Pandemi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 145–152. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.195>
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology Tenth edition*.
- Troll, E. S., Venz, L., Weitzenecker, F., & Loschelder, D. D. (2021). Working From Home During The COVID-19 Crisis : How Self-Control Strategies Elucidate Employees ' Job Performance. *Applied Psychology*, 71(3), 853–880. <https://doi.org/10.1111/apps.12352>
- Warongan, B. U. C., Dotulong, L. O. H., & Lumintang, G. G. (2022). Karyawan Pada PT Jordan Bakery Tomohon Effect Of Work Environment and Work Stress On Employee Performance. *Jurnal EMBA*, 10(1), 963–972. <https://doi.org/10.35794/emba.v10i1.38527>
- William, E. A. (2025). Workplace Stress : A Cross-Sectional Study. *Psychopreneur Journal*, 3(1), 10–16. <https://doi.org/10.61838/kman.jpjr.3.1.2>
- Winoto, S. C. N. C. R., & Perkasa, D. H. (2024). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan UP PKB Pulogadung. *Revenue:Lentera Bisnis Manajemen*, 02(01), 1–11. <https://doi.org/10.59422/lbm.v2i01.86>
- Wirandha, A. L. S. H., & Heryadi, A. (2022). Keterkaitan Dukungan Keluarga Dengan Stres Kerja Prajurit. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 624–631. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>
- Yiari.or.id. (n.d.). Tentang Kami-Yayasan Inisiasi Alam Rehabilitasi Indonesia. Diambil 8 Juli 2025, dari <https://yiari.or.id/tentang-kami-id/>
- Yuin, K., Agung, A. A. G., & Dantes, K. R. (2024). Dampak Dukungan Sosial, Optimisme, Religius, dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Subyektif Guru. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 16(2), 177–197. <https://doi.org/10.23887/jjpe.v16i2.73150>
- Yusuf, M. A., Herman, H. T., Abraham, A., & Rukmana, H. (2024). Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 06(02), 13331–13344. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.5184>
- Yuswandi, Nadirawati, & Yulystiana, R. (2020). Work Life Balance Menurunkan Stres Kerja Perawat. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 15(3), 119–125. <https://doi.org/10.26874/v15.i3>
- Zueger, R., Niederhauser, M., Utzinger, C., Annen, H., & Ehlert, U. (2023). Effects of Resilience Training on Mental, Emotional, and Physical Stress Outcomes in Military Officer Cadets. *Military Psychology*, 35(6), 566–576.

<https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2139948>

Zuhri, S., Rahmawati, S., Asmadi, D., & Ulfa, S. (2023). Pengaruh Stres Kerja, Resilience dan Faktor Demografi Terhadap Burnout Syndrome Pada Perawat IGD Selama Masa Post Covid 19. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 303–315. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v7i1.12339>

