

**PENGARUH MANAJEMEN STRES TERHADAP PRODUKTIVITAS
KERJA PEGAWAI DI SUB BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM
DINAS PENDIDIKAN PROVINSI JAWA BARAT**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Departemen Administrasi Pendidikan



oleh

Meisya Putri Sondari
NIM 1503573

DEPARTEMEN ADMINISTRASI PENDIDIKAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2019

**PENGARUH MANAJEMEN STRES TERHADAP PRODUKTIVITAS
KERJA PEGAWAI DI SUB BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM
DINAS PENDIDIKAN PROVINSI JAWA BARAT**

oleh
Meisya Putri Sondari

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana pada Fakultas Ilmu Pendidikan
Departemen Administrasi Pendidikan

© Meisya Putri Sondari 2019

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang.

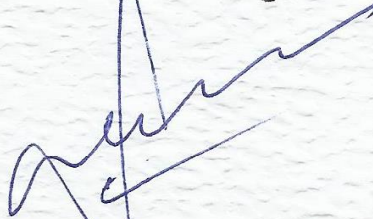
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

MEISYA PUTRI SONDARI

**“PENGARUH MANAJEMEN STRES TERHADAP
PRODUKTIVITAS KERJA PEGAWAI DI SUB BAGIAN
KEPEGAWAIAN DAN UMUM DINAS PENDIDIKAN PROVINSI
JAWA BARAT”**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I



Dr. Asep Suryana, M.Pd
NIP. 19720321 199903 1 002

Pembimbing II



Iik Nurulpaik, M.Pd
NIP. 19740114 200112 1 001

Mengetahui
Ketua Departemen Administrasi Pendidikan
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Dedy Achmad Kurniady, M.Pd
NIP 19710609 200501 1 001

**PENGARUH MANAJEMEN STRES TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA
PEGAWAI DI SUB BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM DINAS
PENDIDIKAN PROVINSI JAWA BARAT**

Oleh:

Meisya Putri Sondari
Asep Suryana
Iik Nurulpaik

ABSTRAK

Kemampuan seseorang dalam mengelola stres kerja merupakan salah satu cara yang tepat untuk memaksimalkan stres menjadi kekuatan. Dengan kekuatan dari mengubah tekanan tersebut diharapkan seseorang dapat lebih produktif dalam melaksanakan tugasnya. Masalah yang ditemukan pada penelitian ini adalah produktivitas kerja yang rendah disinyalir karena stres ditempat kerja yang tidak dikelola dengan baik oleh lembaga, sehingga diperlukan manajemen stres untuk meningkatkan produktivitas kerja pegawai. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh manajemen stres terhadap produktivitas kerja pegawai di Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel yang digunakan adalah seluruh pegawai Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat sebanyak 78 orang. Hasil perhitungan *Weight Means Score* (WMS), menunjukkan bahwa manajemen stres memperoleh nilai 4,05 berada dalam kategori sangat tinggi dan produktivitas kerja pegawai memperoleh nilai sebesar 3,98 berada dalam kategori tinggi. Korelasi kedua variabel berada pada tingkat hubungan yang cukup kuat sebesar 0,524, dan signifikansi memperoleh nilai 5,361. Pada uji determinasi diketahui manajemen stres memiliki pengaruh sebesar 27,4% terhadap produktivitas kerja. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara manajemen stres terhadap produktivitas kerja pegawai di Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat. Adapun rekomendasi yang diberikan yaitu meningkatkan latihan fisik serta pembangunan fasilitas olahraga yang diminati seluruh pegawai, untuk meningkatkan disiplin kerja pegawai diperlukan adanya pengawasan, dan pemberian reward and punishment terhadap kinerja pegawai.

Kata Kunci : Manajemen Stres, Produktivitas Kerja Pegawai, Stres di Tempat Kerja

**THE INFLUENCE OF STRESS MANAGEMENT ON EMPLOYEE WORK
PRODUCTIVITY IN SUB BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM DINAS
PENDIDIKAN PROVINSI JAWA BARAT**

By:

Meisya Putri Sondari
Asep Suryana
Iik Nurulpaik

ABSTRACT

A person's ability to manage work stress is one of the right ways to maximize stress into strength. With the power of changing stress, it is expected that someone can be productive in carrying out their duties. The problem found in this research is that low work productivity because stress in a workplace that are not managed by the institution. So, stress management is needed to improve employee work productivity. The goal of this research is knowing the influence of stress management on employee work productivity in Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat. The methods used is descriptive with a quantitative approach. The sampel used is all employee in Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat 78 employees. The calculation result Weight Means Score (WMS), shows that stress management scores 4,05 in the very high category and employee work productivity scores 3,98 in the high category. The correlation of both variables is a fairly strong level of 0,524. And the significance of obtaining a value of 5,361. On the determination it is known that stress management has an effect of 27,4% on work productivity. The conclusion of this research, there is a positive and significance influence between stress management on employee work productivity in Sub Bagian Kepegawain dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat. The recommendation is increasing physical exercise and building sport facilities that are of interest to all employees. To improve employee work discipline, it needed to supervision and giving reward and punishment toward employee performance.

Keyword : *stress management, employee work productivity, stress in a workplace*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN	i
UCAPAN TERIMA KASIH	ii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.4.1 Tujuan Umum.....	7
1.4.2 Tujuan Khusus.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
1.5.1 Segi Teoritis	8
1.5.2 Segi Praktis	8
1.6 Struktur Organisasi Skripsi	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
2.1 Konsep Manajemen.....	10
2.1.1 Pengertian Manajemen.....	10
2.1.2 Fungsi Manajemen.....	11
2.2 Konsep Stres	11
2.2.1 Pengertian Stres	11
2.2.2 Sumber-sumber dan penyebab stres.....	12
2.2.3 Gejala Stres.....	15
2.2.4 Dampak-dampak stres.....	18
2.2.5 Pendekatan dalam menanggulangi stres kerja	19

2.3 Konsep Manajemen Stres	21
2.4 Konsep Produktivitas Kerja.....	22
2.4.1 Pengertian Produktivitas	22
2.4.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi produktivitas	23
2.4.3 Indikator Produktivitas Kerja	26
2.4.4 Ciri-ciri pegawai yang produktif	28
2.4.5 Pengukuran Produktivitas.....	29
2.5 Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Produktivitas	29
2.6 Penelitian Terdahulu	30
2.7 Kerangka Berpikir.....	35
2.8 Hipotesis Penelitian.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1 Desain Penelitian	38
3.2 Metode dan Pendekatan Penelitian	39
3.2.1 Metode Deskriptif	39
3.2.2 Pendekatan Kuantitatif	40
3.3 Partisipan Penelitian.....	40
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	40
3.5 Definisi Operasional.....	41
3.5.1 Manajemen Stres.....	41
3.5.2 Produktivitas Kerja	42
3.6 Instrumen Penelitian.....	42
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data	42
3.6.2 Skala Pengukuran Variabel	43
3.6.3 Kisi-Kisi Penelitian	44
3.6.4 Proses Pengembangan Instrumen	45
3.6.4.1 Uji Validitas Instrumen	45
3.6.4.2 Uji Reliabilitas Instrumen	49
3.7 Prosedur Penelitian	51
3.8 Analisis Data.....	52
3.8.1 Seleksi Data	52

3.8.2	Klasifikasi Data	53
3.8.3	Pengolahan Data	53
3.8.3.1	Perhitungan Kecenderungan Umum Skor Responden Berdasarkan Perhitungan Rata-Rata (<i>Weight Means Score</i>).....	53
3.8.3.2	Mengubah Skor Mentah Menjadi Baku	54
3.8.3.3	Uji Normalitas Distribusi Data	55
3.8.3.4	Pengujian Hipotesis Penelitian	57
3.8.3.4.1	Analisis Koefisien Korelasi	57
3.8.3.4.2	Uji Koefisien Determinasi	59
3.8.3.4.3	Uji Signifikansi Koefisien Korelasi.....	60
3.8.3.4.4	Uji Regresi Sederhana	61
BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	63
4.1	Temuan Penelitian.....	63
4.1.1	Seleksi Data	63
4.1.2	Klasifikasi Data	64
4.1.3	Pengolahan Data	67
4.1.3.1	Perhitungan Kecenderungan Umum Skor Responden Berdasarkan Perhitungan Rata-Rata (<i>Weight Mean Score</i>)	67
	1) Uji Kecenderungan Umum Variabel X (Manajemen Stres)	67
	2) Uji Kecenderungan Umum Variabel Y (Produktivitas Kerja).....	74
4.1.3.2	Mengubah Skor Mentah Menjadi Skor Baku	80
4.1.3.3	Uji Normalitas Distribusi Data	82
4.1.3.4	Pengujian Hipotesis Penelitian	84
4.1.3.4.1	Analisis Koefisien Korelasi	85
4.1.3.4.2	Uji Signifikansi Koefisien Korelasi.....	86
4.1.3.4.3	Analisis Koefisien Determinasi.....	87
4.1.3.4.4	Analisis Regresi Sederhana	88
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian	90
4.2.1	Gambaran Manajemen Stres di Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat	91

4.2.2 Gambaran Produktivitas Kerja Pegawai di Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat	99
4.2.3 Gambaran Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Produktivitas Kerja Pegawai Sub Bagian Kepegawaian dan Umum Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat	102
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI.....	105
5.1 Simpulan.....	105
5.2 Implikasi	106
5.3 Rekomendasi.....	107
5.3.1 Untuk Lembaga	107
5.3.2 Untuk Peneliti Selanjutnya	108

DAFTAR TABEL

1.1 Pembagian Beban Kerja Pegawai	3
1.2 Ketidaktercapaian Kerja Pegawai	5
3.1 Jumlah Pegawai Sub Bagian Kepegawaian dan Umum.....	41
3.2 Kriteria Penskoran Alternatif Jawaban	43
3.3 Kisi-kisi Penelitian	44
3.4 Hasil Uji Validitas Variabel X (Manajemen Stres)	47
3.5 Hasil Uji Validitas Variabel Y (Produktivitas Kerja Pegawai)	48
3.6 Hasil Uji Reliabel Variabel X (Manajemen Stres)	50
3.7 Hasil Uji Reliabel Variabel Y (produktivitas Kerja Pegawai)	50
3.8 Konsultasi Hasil Perhitungan WMS	54
3.9 Tolak Ukur Koefisien Korelasi.....	58
4.1 Rekapitulasi Seleksi Data.....	64
4.2 Pemberian Bobot Variabel X (Manajemen Stres)	65
4.3 Pemberian Bobot Variabel Y (Produktivitas Kerja Pegawai)	65
4.4 Skor Mentah Variabel X dan Variabel Y	65
4.5 Konsultasi Hasil Perhitungan WMS	67
4.6 Hasil Perhitungan WMS Variabel X (Manajemen Stres)	68
4.7 Hasil Perhitungan WMS Variabel Y (Produktivitas Kerja)	75
4.8 Skor Baku Variabel X dan Variabel Y.....	81
4.9 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Variabel X (Manajemen Stres).....	83
4.10 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Variabel Y (Produktivitas Kerja).....	84
4.11 Tolak Ukur Koefisien Korelasi.....	85
4.12 Nilai Korelasi Antar Variabel.....	86
4.13 Hasil Uji Signifikansi Koefisien Korelasi	87
4.14 Hasil Perhitungan Analisis Koefisien Determinasi.....	88
4.15 Hasil Perhitungan Regresi Sederhana	89

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Berpikir.....	35
2.2 Hipotesis Penelitian.....	37
3.1 Desain Penelitian	38
4.1 Grafik Nilai Kecenderungan Umum Manajemen Stres	71
4.2 Grafik Nilai Kecenderungan Umum Produktivitas Kerja	78
4.3 Garis Regresi	90

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Korespondensi

1. Surat Pengangkatan Pembimbing Skripsi
2. Surat Permohonan Izin Mengadakan Studi Pendahuluan
3. Surat Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
4. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian
5. Surat Keterangan Selesai Penelitian
6. Catatan Bimbingan Skripsi

Lampiran 2 Kisi-Kisi dan Angket Penelitian

1. Kisi-kisi Penelitian
2. Angket Penelitian

Lampiran 3 Perhitungan Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas
2. Uji Reliabilitas

Lampiran 4 Teknik Pengolahan Data

1. Data Mentah Penelitian
2. Perhitungan WMS
3. Mengubah Skor Mentah Menjadi Baku
4. Uji Normalitas Data
5. Uji Hipotesis Data
 - a) Uji Koefisien Korelasi
 - b) Uji Signifikansi Koefisien Korelasi
 - c) Uji Koefisien Determinasi
 - d) Uji Regresi

Lampiran 5 Tabel Statistik

1. Tabel Distribusi t
2. Tabel Distribusi r *Product Moment*

Lampiran 6 Riwayat Hidup

DAFTAR RUJUKAN

1. Buku dan Artikel Jurnal:

- Aedi Nur. (2012). *Dasar-Dasar Manajemen Pendidikan*. Bandung : CV PustakaCendekia Utama
- Agoes, a. et al. (2003). *Teori dan Manajemen Stress (Kontemporer dan Islam)*. Malang : Taroda.
- Akdon. (2008). *Aplikasi Statistika dan Metode Penelitian untuk Administrasi Pendidikan & Manajemen*. Dewa Ruchi: Bandung.
- Akdon dan Hadi, S. (2005). *Aplikasi Statistika Dan Metode Penelitian Untuk Administrasi & Manajemen*. Bandung : Dewa Ruchi.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L (1994). *Pengantar Psikologi edisi kesebelas jilid 2 Terjemahan : Widjaya Kusuma*. Jakarta: Erlangga
- Ayunsari, Baiq dkk. (2012). Relaksasi Kesadaran Indera Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Intervensi Psikologi*. Vol 4. No. 2 269-286
- Davidson, Jeff. (2002). *Penuntun 10 Menit Manajemen Waktu diterjemahkan oleh Niken Hindreswari*. Yogyakarta: Andi
- Davis, Keith dan John. (1989). *Human Behavior at work : organizational behavior*. New York: McGraw-Hill Book
- Forsyth. (2009). *Jangan sia-sia kan waktumu*. (alih Bahasa: Rifki). Yogyakarta: PT. Garailmu
- Gea, Antonius. (2014). Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien. *Jurnal Humaniora*. Vol 5 No.2 777-785
- Harrisma, O & Andre Dwi. (2013). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Melalui Kepuasan Kerja. *Jurnal Ilmu Manajemen*. Vol 1 No 2. 650-662.
- Hasibuan, Malayu S.P. (2003). *Manajemen Personalialia*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hasibuan, Malayu S.P. (2006). *Organisasi dan Motivasi – Dasar Peningkatan Produktivitas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Haryadi, Hendi. (2009). *Buku Administrasi Perkantoran Untuk Manajer dan Staf*. Jakarta: Visimedia
- Manullang, dan Marihot Manullang. (2001). *Manajemen Sumber Daya Manusia Edisi Pertama*. Penerbit BPFE-YOGYAKARTA. Yogyakarta

- Margiati, Lulus. (1999). Stres Kerja: Latar Belakang Penyebab Dan Alternatif Pemecahannya. *Jurnal Masyarakat, Kebudayaan dan Politik*, Vol 12 No.3 71-80.
- Margono, S. (2014). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Komponen MKDK. Cetakan 9*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Matutina. (2001). *Manajemen Sumber Daya Manusia cetakan kedua*. Jakarta: Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Muchlas. (2005). *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Nawawi. H. (1990). *Administrasi Personel: Untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*. Jakarta: Haji Masagung
- Nawawi, H. (2006). *Kepemimpinan Mengefektifkan Organisasi*. Cetakan Pertama. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Novitasari, T. (2015). Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Orang Tua dan Anak Dalam Menanamkan Pengetahuan Bahasa Daerah (Studi pada warga suku jawa di kelurahan jawa samarinda). *Jurnal Ilmu Komunikasi*. Vol 3 No.2 378-391
- Putri, Alies. (2015). Pengaruh Stres dan Disiplin Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Supporting Pada PT. Indah Kiat Pulp and Paper TBK di Perawang. *Jurnal Jom FEKON*, vol. 2, No. 1, hal.1-18.
- Putri, Gadis & Abdul Rohim Tualeka. (2014). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Tingkat Produktivitas Tenaga Kerja di CV.X. *The Indonesian Journal Of Occupational Safety, Health and Environment*. Vol 1 No.1. 144-154.
- Riduwan. (2012). *Belajar Mudah Penelitian untuk guru-karyawan dan peneliti pemula*. Cetakan kedelapan. Bandung: Alfabeta
- Riduwan & Akdon. (2013). *Rumus dan Data dalam Analisis Statistika*. Bandung : Alfabeta.
- Riduwan, dan Sunarto. (2010). *Pengantar Statistika untuk penelitian Pendidikan, sosial, Ekonomi, Komunikasi, dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta
- Rivai. (2010). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Rivai, Veithzal dkk. (2014). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi edisi keempat*. Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA
- Robbins, Stephen P dan Timothy A Judge. (2011). *Perilaku Organisasi Edisi Keduabelas*. Jakarta: Salemba empat
- Saefullah, Encep dkk. (2017). Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan. *Jurnal Akademika*. Vol. 15 No.2. 117-122.

- Sarwoto. (2003). *Dasar-dasar Organisasi dan Manajemen*. Jakarta: PT.Ghalia Indonesia
- Sastrohadwiryo,Siswanto B. (2002). *Manajemen Tenaga Kerja Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara
- Schafer, W. (2000). *Stress management for wellness. Fourth edition*. Wadsworth: Belmont California
- Sedarmayanti. (2001). *Sumber daya manusia dan produktifitas Kerja*. Bandung: CV Mandar Maju
- Sedarmayanti. (2011). *Membangun dan Mengembangkan Kepemimpinan serta Meningkatkan Kinerja untuk Meraih Keberhasilan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Siagian, Sondang. (2010). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Cetakan Kesebelas. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudiharto. (2001). *Hubungan Beban Kerja dan produktivitas*. EGC. Jakarta
- Sugiyono. (2001). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Administrasi dilengkapi dengan Metode R&D*. Bandung: ALFABETA
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukardi. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Sukardi. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Sunarto. (2003). *Dasar-Dasar Organisasi dan Manajemen*. Jakarta: PT.Ghalia Indonesia
- Sutrisno, Edy. 2015. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Kencana prenadamedia Group.
- Tanjung, Misran & Harris Hutagalung. (2018). Pengaruh Faktor Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada PT. Aido Mini Plaza Sibolga. *Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah*. Vol 1 No 1. 77-86.
- Taylor, S.E. (2003). *Health Psychology*. Fifth Edition. United States of America: Mc Graw-Hill, Inc.
- Triatna, Cepi. (2015) *Perilaku Organisasi Dalam Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wade, C. & Tavis, C. (2007) *Psikologi*. Jakarta : Erlangga.

- Wahjono, Sentot I. (2010) *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Wibowo. (2008). *Manajemen Kinerja*. Jakarta : PT RajaGrafindo Persada.
- Wibowo, Pudjo (2019). Pengaruh Stres Kerja dan Konflik Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Pada PT. Media Bernas Jogja. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*. Vol 17 No.1. 1-11.
- Wilkinson, G. (2002). *Stres*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Willianto, Rizki dkk. (2017). Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Prestasi Kerja Pegawai di BPSDM Pusdiklat Jalan, Perumahan, Permukiman dan PIW (Kementerian PUPR) Bandung. *Jurnal Tata Kelola Pendidikan*, vol. 5, No. 3, 1-11.
- Willson and Heyyel. (1987). *Hand Book Of Modern Office Management and Administration Service*. New Jersey: Mc Graw Hill Inc.
- Yudiana, yunyun dkk.
- Yuniarsih, Tjutju dan Suwatno. (2009). *Manajemen Sumber daya Manusia*. Bandung:CV ALFABETA
- Yuniarsih, Tjutju & Suwatno. (2008). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung : Alfabeta.
- Zulkarnaen, Wandy dkk. (2018). Pengaruh Pelatihan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Bagian Produksi Departemen R-Pet PT. Namasindo Plass Bandung Barat. *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, dan Akuntansi)*, vol. 2. No. 3, hal. 151-177.

2. Peraturan Perundangan

- Peraturan Menteri dalam Negeri No.12 Tahun 2008 Tentang Pedoman Analisis Beban Kerja
- Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010 tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil

3. Sumber Online

- Yudiana, Yunyun dkk. (2012). *Latihan Fisik*. Diakses dari <http://file.upi.edu/browse.php?dir=Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/196506141990011-YUNYUN YUDIANA/>