

Implementasi *Ergo-Entrepreneurship* Secara Partisipatori Mengurangi Kebosanan dan Stres Kerja serta Meningkatkan Sikap Kewirausahaan Pekerja

Ni Putu Sri Arnita¹, Ni Luh Putu Mia Lestari Devi², I Made Sutajaya³

^{1,2}Program Studi Teknik Biomedis, Fakultas Teknologi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Bali Dwipa

²Program Studi Pendidikan Biologi Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan

Fakultas MIPA, Universitas Pendidikan Ganesha

e-mail korespondensi: sriarnita0803@gmail.com¹

doi: <https://doi.org/10.24843/JEI.2023.v09.i01.p06>

Article Received: 14 Agustus 2022; Accepted: 1 Juni 2023; Published: 30 Juni 2023

Abstrak

Industri rumah tangga memegang peranan penting dalam perekonomian Indonesia. Industri rumah tangga pembuat piranti upakara umumnya bekerja secara berkelompok. Adanya protokol kesehatan yang membatasi jumlah kerumuman, mengakibatkan pemilik industri pembuat piranti upakara harus merumahkan sebagian besar pekerjanya. Pekerja pembuat piranti upakara yang mulai dirumahkan terpaksa harus beralih profesi atau menjadi pengangguran kembali. Tujuan khusus penelitian adalah membuktikan dan mengimplementasikan *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dapat mengurangi stres kerja dan kebosanan serta meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara. Metode yang digunakan adalah metode eksperimental dengan jenis penelitian eksperimental semu *quasi experimental* (eksperimental semu) dan rancangan *treatment by subject design* (sama subjek) dengan pola *randomized posttest only group design*. Adapun temuan pada penelitian ini adalah: (a) implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi kebosanan pekerja didata dengan Kuesioner Kebosanan; (b) implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi stres kerja didata dengan Kuesioner Stres Akibat Kerja; (c) implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara didata dengan Kuesioner Sikap Kewirausahaan. Data dianalisis dengan *paired t-test* karena data berdistribusi normal pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi kebosanan pekerja sebesar 40,31%; (b) mengurangi stres kerja sebesar 26,88%; serta (c) meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja sebesar 45,13%. Adapun simpulan pada penelitian ini yaitu implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi stres kerja dan kebosanan serta meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara.

Kata kunci: Kewirausahaan, *ergo-entrepreneurship*, kebosanan, stres kerja

Implementation of Ergo-entrepreneurship Reduces Boredom, Work Stress, and Improves Entrepreneurial Attitudes of Worker

Abstract

Home industry has an important role in Indonesia economy. Home industry of making piranti upakara generally works in groups. The owners of the piranti upakara lay off their workers because existence of health protocols that limit the number of crowds. The piranti upakara workers change professions or become unemployed caused laid-off. The purpose of research is to decrease boredom, work stress, and increase the entrepreneurial attitudes of workers to prove and implement ergo-entrepreneurship

with participatory approach. The research by quasi experimental with the treatment by subject design and randomized posttest only group design assessed: (a) implementation of ergo-entrepreneurship with partisipatory approach reducing boredom, was recorded by Boredom Questionnaire; (b) implementation of ergo-entrepreneurship with partisipatory approach decrease work stress recorded by Work Stress Questionnaire; (c) implementation of ergo-entrepreneurship with participatory approach increase the entrepreneurial attitudes, assessed by Entrepreneurial Attitudes Questionnaire. The data were analyzed by paired t-test at a significance level of 5%. The result are: (a) implementation of ergo-entrepreneurship with partisipatory approach, reducing boredom of worker to 40,31%; (b) reducing work stress of workers to 26,88%; (c) increase the entrepreneurial attitudes of workers to 45,13%. It concluded that implementation of ergo-entrepreneurship with partisipatory approach reducing boredom, work stress, and improving entrepreneurial attitudes of workers piranti upakara makers.

Keywords: entrepreneurship, ergo-entrepreneurship, boredom, work stress

PENDAHULUAN

Industri rumah tangga memiliki peran penting dalam perekonomian Indonesia, salah satunya yaitu mengatasi pengangguran. Industri rumah tangga pembuat piranti upakara mampu bertahan dan berkembang karena masih memanfaatkan sumberdaya lokal seperti sumberdaya manusia, modal, bahan baku, dan peralatan. Pekerja pembuat piranti upakara umumnya bekerja secara berkelompok. Adanya protokol kesehatan yang membatasi jumlah kerumuman, mengakibatkan pemilik industri harus merumahkan sebagian besar pekerjanya, padahal pesanan piranti upakara selama pandemi covid-19 masih tetap ada. Pekerja pembuat piranti upakara yang mulai dirumahkan terpaksa harus beralih profesi atau menjadi pengangguran kembali.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, terjadi peningkatan stres akibat kerja sebesar 47,05% pada pekerja pembuat piranti upakara di Desa Peliatan. Mayoritas masyarakat di dunia mengalami gejala stres selama pandemi covid-19 (Shabuur and Mangundjaya, 2020)(Abd-Ellatif et al., 2021). Faktor penyebab stres kerja selama pandemi yaitu: (a) merasa khawatir terinfeksi virus covid-19 jika memaksakan diri bekerja secara berkelompok; (b) minimnya penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup rumah tangga karena harus dirumahkan; (c) kebingungan untuk beralih pekerjaan akibat pandemi covid-19 belum berakhir. Kebosanan kerja juga meningkat sebesar 40,10% pada pekerja pembuat piranti upakara di Desa Peliatan. Kebosanan muncul akibat aktivitas yang monoton, peningkatan beban kerja yang sangat drastis, serta beban kerja yang terlalu sedikit (Adiba et al., 2021). Faktor penyebab meningkatnya kebosanan selama pekerja dirumahkan yaitu: (a) tuntutan beban kerja yang sangat minim; (b) terbiasa bekerja secara berkelompok namun selama pandemi terpaksa harus dirumahkan. Permasalahan yang terjadi juga berdampak pada penurunan sikap kewirausahaan pekerja. Penurunan sikap kewirausahaan pekerja selama pandemi disebabkan oleh: (a) kurangnya pengetahuan dan pengalaman masyarakat tentang kewirausahaan; (b) tidak adanya modal untuk memulai usaha baru; (c) tidak adanya fasilitator yang membantu masyarakat dalam memfasilitasi usaha pemasaran piranti upakara.

Implementasi prinsip-prinsip ergonomi yang mengusahakan agar seseorang selalu dalam kondisi nyaman, aman, sehat, serta bebas dari stres harus diimplementasikan sesegera mungkin (Sutajaya et al., 2021). Salah satu cara yang bisa ditempuh yaitu melalui implementasi prinsip ergonomi secara partisipatori. Implementasi prinsip ergonomi pada industri pembuat piranti upakara yaitu: (a) melalui pelatihan *ergo-entrepreneurship*; (b) memberikan pendampingan selama bekerja; (c) dan menjadi fasilitator yang membantu masyarakat dalam memfasilitasi usaha pemasaran piranti upakara. Secara partisipatori yaitu melibatkan pekerja sejak awal secara maksimal agar dapat diwujudkan mekanisme kerja yang tidak mengganggu fungsi tubuh pekerja

sehingga mampu meningkatkan produktivitas. Hal tersebut dilakukan agar pekerja kembali produktif sehingga dapat meningkatkan sikap kewirausahaan, menurunkan stres akibat kerja, dan menurunkan tingkat kebosanan.

Rumusan masalah penelitian adalah: (1) apakah implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi kebosanan pekerja pembuat piranti upakara?; (2) apakah implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori mengurangi stres kerja pekerja pembuat piranti upakara?; (3) apakah implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara?

Tujuan khusus penelitian: (1) membuktikan dan mengimplementasikan *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dapat mengurangi kebosanan pekerja pembuat piranti upakara; (2) membuktikan dan mengimplementasikan *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dapat mengurangi stres kerja pekerja pembuat piranti upakara; (3) membuktikan dan mengimplementasikan *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dapat meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara.

Urgensi penelitian yaitu berhasil dikembangkan strategi implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dilihat dari menurunnya stres kerja, kebosanan, serta meningkatnya sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara.

METODE

Jenis penelitian adalah *quasi experimental* (eksperimental semu) dengan rancangan *treatment by subject design* (sama subjek) dengan pola *randomized posttest only group design*. Subjek penelitian adalah pekerja pembuat piranti upakara yang ada di Desa Peliatan. Populasi target pada penelitian ini adalah semua pekerja pembuat piranti upakara yang ada di Desa Peliatan. Populasi terjangkau berjumlah 97 pekerja yang merupakan semua pekerja pembuat piranti upakara yang berada di 10 banjar serta sesuai dengan kriteria inklusi. Jumlah sampel penelitian yaitu 14 orang yang dipilih secara *multistage random sampling* (acak bertingkat).

Variabel bebas pada penelitian ini yaitu implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori berupa: (a) pelatihan *ergo-entrepreneurship*; (b) pendampingan selama bekerja; dan (c) fasilitas usaha pemasaran piranti upakara. Variabel tergantung pada penelitian ini adalah: (1) kebosanan yang didata dengan Kuesioner Kebosanan Akibat Kerja; (2) stres kerja yang didata dengan Kuesioner Stres Akibat Kerja; (3) sikap kewirausahaan yang didata dengan Kuesioner Kewirausahaan. Pendataan dilakukan setelah kerja pada Periode Pertama (I) (tanpa intervensi) dan Periode Kedua (II) (dengan intervensi). Pendataan pada Periode I dilakukan selama 3 (tiga) hari kemudian dilanjutkan dengan 2 (dua) hari *washing out period*, 1 (satu) bulan adaptasi, dan pendataan pada Periode II juga dilakukan selama 3 (tiga) hari.

Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan cara: (a) data karakteristik subjek dianalisis secara deskriptif dengan mencari rerata dan simpang baku atau standar deviasinya; (b) data kondisi lingkungan dianalisis secara deskriptif dengan mencari rerata dan simpang baku atau standar deviasinya, dilanjutkan dengan uji beda yaitu *paired t-test* untuk menentukan komparabilitas kondisi lingkungan pada Periode I dengan Periode II; (d) data kebosanan, stress akibat kerja, dan sikap kewirausahaan dilakukan analisis dengan *paired t-test* pada taraf signifikansi 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil uji hipotesis terhadap kebosanan pekerja pembuat piranti upakara antara Periode I dan Periode II dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1
Hasil Uji Hipotesis terhadap Kebosanan (n=14)

| Variabel | Periode I | | Periode II | | Nilai t | Nilai p | Keterangan |
|-----------|-----------|-------|------------|-------|---------|---------|------------|
| | Rerata | SB | Rerata | SB | | | |
| Kebosanan | 101,07 | 2,005 | 60,33 | 0,613 | 70,944 | 0,0001 | Signifikan |

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh kebosanan pekerja pembuat piranti upakara mengalami penurunan antara Periode Pertama (I) dan Periode Kedua (II) sebesar 40,31%. Pada penelitian ini dilakukan implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori sehingga pekerja berada pada kondisi aman, nyaman, sehat, serta terbebas dari kondisi stres dan bosan, sehingga mampu meningkatkan produktivitas serta sikap kewirausahaan pekerja. Dilihat dari rerata kebosanan pada Periode I dengan skor 101,07 berada pada kategori membosankan (tidak menarik). Rerata kebosanan pada Periode II dengan skor 60,33 berada pada kategori tidak membosankan (menarik). Pada penelitian ini juga dilakukan pengukuran terhadap kondisi lingkungan. Hasil yang diperoleh yaitu kondisi lingkungan antara Periode I dan Periode II adalah komparabel ($p > 0,05$). Itu berarti bahwa kondisi lingkungan memberikan efek yang sama dalam menentukan perubahan kondisi kesehatan pekerja. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatkan kesehatan pekerja dilihat dari penurunan kebosanan pekerja pembuat piranti upakara sepenuhnya dipengaruhi oleh implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori.

Kebosanan umumnya menyertai pekerja yang memiliki motivasi kurang dalam bekerja. Kebosanan muncul akibat pekerjaan yang monoton dan beban kerja yang terlalu banyak atau terlalu sedikit (Adiba et al., 2021). Pekerja yang melakukan aktivitasnya dalam situasi stres akan menimbulkan rasa khawatir dan depresi. Seandainya stres dan bosan dipadukan maka akan menimbulkan kurangnya konsentrasi, beban kerja meningkat, serta kelelahan lebih cepat muncul. Produktivitas juga akan menurun diakibatkan oleh kondisi seperti ini (Sutajaya, 2017). Faktor penyebab meningkatnya kebosanan selama pekerja dirumahkan yaitu: (a) tuntutan beban kerja yang sangat minim; (b) terbiasa bekerja secara berkelompok namun selama pandemi terpaksa harus dirumahkan. Tuntutan beban kerja yang sangat minim disebabkan oleh kurangnya pesanan piranti upakara saat pandemi covid-19. Kurangnya pesanan piranti upakara disebabkan oleh adanya protokol kesehatan yang membatasi jumlah kerumuman sehingga upacara keagamaan banyak yang ditiadakan.

Implementasi *ergo-entrepreneurship* dilakukan melalui pelatihan, pendampingan selama bekerja, dan fasilitator untuk memfasilitasi usaha pemasaran piranti upakara. Implementasi *ergo-entrepreneurship* ini mampu mengurangi kebosanan karena pesanan mulai meningkat ketika pekerja diberikan fasilitas berupa usaha pemasaran piranti upakaranya. Temuan ini juga didukung penelitian yang melaporkan bahwa program selingan yang menarik dan *reward* perlu dilakukan untuk mengurangi kebosanan sehingga mampu meningkatkan motivasi pekerja (Yuniarto and Moningka, 2020). Hal ini disebabkan karena motivasi intrinsik dipengaruhi oleh kebosanan karyawan dengan nilai p adalah 0,0001. Peneliti lain juga melaporkan bahwa pemberian snack dan istirahat aktif dapat meningkatkan motivasi kerja pekerja *jaja gipang* (Devi et al., 2020).

Hasil uji hipotesis terhadap stres akibat kerja pekerja pembuat piranti upakara antara Periode I dan Periode II dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis terhadap Kebosanan (n=14)

| Variabel | Periode I | | Periode II | | Nilai t | Nilai p | Keterangan |
|--------------------|-----------|-------|------------|-------|---------|---------|------------|
| | Rerata | SB | Rerata | SB | | | |
| Stres Akibat Kerja | 82,81 | 3,528 | 60,55 | 1,889 | 21,699 | 0,0001 | Signifikan |

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 2. menunjukkan bahwa stres akibat kerja menurun secara signifikan sebesar 26,88% antara Periode I dan II ($p < 0,05$). Pada penelitian ini ditemukan bahwa stres akibat kerja pekerja pembuat piranti upakara mengalami penurunan yang signifikan antara sebelum dan sesudah implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori sebesar 26,88% ($p < 0,05$). Dilihat dari stres akibat kerja pada Periode I dengan skor 82,81 berada pada kategori sedang. Rerata stres akibat kerja pada Periode II dengan skor 60,55 berada pada kategori rendah. Pada penelitian ini juga dilakukan pengukuran terhadap kondisi lingkungan. Hasil yang diperoleh yaitu kondisi lingkungan antara sebelum dan sesudah implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori adalah komparabel ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa meningkatkan kesehatan pekerja dilihat dari penurunan stres akibat kerja pekerja pembuat piranti upakara sepenuhnya dipengaruhi oleh implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori.

Salah satu sumber stres kerja yaitu beban kerja yang terlalu banyak atau terlalu sedikit serta tekanan waktu dalam melakukan pekerjaan tersebut. Stres akibat kerja juga muncul karena ketidakmampuan mengontrol situasi yang tidak menentu atau tidak dapat diprediksi. Pekerja pembuat piranti upakara mengalami peningkatan stres akibat kerja selama pandemi covid-19 disebabkan karena: (a) merasa khawatir terinfeksi virus covid-19 jika memaksakan diri bekerja secara berkelompok; (b) minimnya penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup rumah tangga karena harus dirumahkan; (c) kebingungan untuk beralih pekerjaan akibat pandemi covid-19 belum berakhir; (d) posisi dan sikap kerja yang tidak fisiologis berupa duduk membungkuk serta pinggang terpilin akibat dari posisi duduk di pinggir lantai rumah. Hal ini diperkuat oleh pernyataan adanya pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) antara risiko postur dan kelelahan kerja terhadap stres akibat kerja (Oesman et al., 2019).

Implementasi *ergo-entrepreneurship* melalui pelatihan, pendampingan selama bekerja, dan pemberian fasilitas berupa usaha pemasaran piranti upakara dapat mengurangi stres akibat kerja. Hal ini disebabkan karena adanya peningkatan penghasilan selama adanya fasilitas berupa usaha pemasaran piranti upakara. Perbaikan posisi kerja berupa pemberian meja dan tempat duduk bagi pekerja dengan aktivitas majejahitan juga dilakukan sebagai antisipasi agar terhindar dari keluhan otot yang berdampak pada kenyamanan serta stres akibat kerja. Aktivitas majejahitan yang awalnya dilakukan pada posisi duduk membungkuk serta pinggang terpilin akibat dari posisi duduk di pinggir lantai rumah dirubah menjadi lebih ergonomis melalui pemberian meja dan tempat duduk tersebut. Temuan ini juga didukung oleh beberapa peneliti lain yaitu: (1) penggunaan kursi kerja yang ergonomis menurunkan stres kerja pada pekerja perusahaan lampu secara signifikan ($p = 0,0001$) antara kelompok *pre-test* dengan rerata 52,238 dan *post-test* dengan rerata 43,762 (Maurits and Bungakaraeng, 2018); (2) stres kerja pekerja pembuat piranti upakara menurun sebesar 29,90% akibat perbaikan mekanisme kerja berorientasi ergonomi (Arnita et al., 2020).

Hasil uji hipotesis terhadap sikap kerja pekerja pembuat piranti upakara antara Periode I dan Periode II dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis terhadap Kebosanan (n=14)

| Variabel | Periode I | | Periode II | | Nilai t | Nilai p | Keterangan |
|---------------------|-----------|-------|------------|-------|---------|---------|------------|
| | Rerata | SB | Rerata | SB | | | |
| Sikap Kewirausahaan | 39,93 | 0,926 | 57,95 | 1,912 | 29,243 | 0,0001 | Signifikan |

Berdasarkan Tabel 3 sikap kewirausahaan meningkat secara signifikan sebesar 45,13% antara Periode I dan II ($p < 0,05$). Pada penelitian ini ditemukan bahwa sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara mengalami peningkatan yang signifikan antara Periode I dan II sebesar 45,13% ($p < 0,05$). Ini menandakan bahwa implementasi *ergo-entrepreneurship* melalui pelatihan, pendampingan, dan pemberian fasilitas berupa usaha pemasaran dapat memotivasi para pekerja pembuat piranti upakara untuk mengembangkan usahanya. Adanya kajian kewirausahaan yang dilakukan selama proses pelatihan, pendampingan, dan pemberian fasilitas berupa usaha pemasaran mengakibatkan peningkatan motivasi kerja. Fasilitas berupa usaha pemasaran dapat meningkatkan motivasi pekerja pembuat piranti upakara untuk kreatif dan inovatif dalam mengembangkan produknya.

Peningkatan sikap kewirausahaan tersebut ternyata juga berdampak terhadap produktivitas pekerja pembuat piranti upakara. *Entrepreneurship behavior* merupakan modal dasar untuk memulai suatu usaha sehingga pengusaha tahan banting dalam setiap tantangan yang dihadapi terutama pada masa pandemi covid-19 (Sutajaya, 2018). Semangat kewirausahaan yang tinggi mengakibatkan adanya korelasi yang positif terhadap peningkatan produk yang dijual sehingga omset penjualan juga meningkat. Peningkatan produktivitas kerja pekerja pembuat piranti upakara juga ditandai dengan peningkatan jumlah produk yang berhasil dijual.

Temuan ini didukung oleh beberapa peneliti lain yaitu: (1) pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan *ergo-entrepreneurship* ternyata mampu meningkatkan sikap kewirausahaan pedagang kuliner lokal sebesar 9,57% (Sutajaya, 2016); (2) pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan *ergo-entrepreneurship* dapat meningkatkan sikap kewirausahaan pada karyawan pembuat pempek sebesar 31,42% ($p < 0,05$) (Rinamurti and Setiawan, 2021); (3) implementasi wisata rurung bersih dan hijau berorientasi *ergo-entrepreneurship* dapat meningkatkan sikap kewirausahaan masyarakat setempat secara bermakna sebesar 21,61% ($p < 0,05$) (Sutajaya and Warpala, 2018); (4) pembekalan dan transfer keilmuan tentang konsep ergonomi pada desain produk dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia di level siswa SMK dalam bidang kewirausahaan (Arifianto et al., 2018); (5) implementasi konsep Tri Datu berorientasi Ergonomi Sosial Budaya dapat meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja di masa pandemi covid-19 sebesar 45,5% ($p < 0,05$) (Sutajaya and Citrawathi, 2021).

Adapun dokumentasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut.



Gambar 1. Pendataan pada Periode I



Gambar 2. Pendataan pada Periode II

SIMPULAN

Berdasarkan kajian hasil penelitian dan pembahasan melalui penelitian yang relevan dapat disimpulkan bahwa implementasi *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori dapat: (a) mengurangi kebosanan pekerja pembuat piranti upakara sebesar 40,31%; (b) mengurangi stres kerja pekerja pembuat piranti upakara sebesar 26,88%; serta (c) meningkatkan sikap kewirausahaan pekerja pembuat piranti upakara sebesar 45,13%.

Adapun saran pada penelitian ini adalah: (a) kepada pekerja pembuat piranti upakara disarankan agar selalu mengimplementasikan *ergo-entrepreneurship* secara partisipatori; (b) kepada perangkat desa setempat hendaknya bisa membantu masyarakat dengan memfasilitasi usaha pemasaran piranti upakara.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd-Ellatif, E., Anwar, M., Aljifri, A., El Dalatony, M., 2021. Fear of COVID-19 and Its Impact on Job Satisfaction and Turnover Intention Among Egyptian Physicians. *Saf. Health Work* 12, 490–495. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2021.07.007>
- Adiba, W., Kadiyono, A., Hanami, Y., 2021. Cyberloafing, Baik atau Buruk?: Exploratory Case Study Karyawan Selama Pandemi Covid-19. *J. Pers. Financ. Oper. Mark. dan Sist. Inf.* 28, 52–61.
- Arifianto, E., Dwi, H., Choiri, M., 2018. Meningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia Dengan Kompetensi dan Potensi Kewirausahaan, in: *Seminar Nasional Inovasi Dan Aplikasi Teknologi Di Industri.*
- Arnita, N.P., Adiputra, N., Purnawati, S., Sucipta, I., Sutajaya, I., Sundari, L.P., 2020. Improvement Mechanism of Work Oriented by Ergonomic Increase Health Quality and Productivity. *J. Ergon. Indones. (The Indones. J. Ergon.* 06.
- Devi, N.L.P.M., Adiputra, L.M.I.S., Sutajaya, I., 2020. Giving Active Breaks and Snack Reduced Fatigue and Improved Motivation of Work and Productivity of Jaja Gipang Employee. *J. Ergon. Indones. (The Indones. J. Ergon.* 06.
- Maurits, L., Bungakaraeng, B., 2018. Pengaruh Penggunaan Kursi Kerja Ergonomis Terhadap Penurunan Keluhan Nyeri dan Stress Kerja pada Pekerja Perusahaan Lampu X di Yogyakarta. *J. Ergon. dan K3* 3, 1–4.
- Oesman, T., Simanjuntak, R., Ocktavian, R., 2019. Pengaruh Postur dan Kelelahan Kerja terhadap Stres Kerja pada Bagian Pembuatan Sepatu PT. MJI Yogyakarta, in: *Seminar Nasional Sains Dan Teknologi. Semarang, Jawa Tengah.*
- Rinamurti, Setiawan, H., 2021. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Ergo-Entrepreneurship Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup dan Sikap Kewirausahaan Karyawan Pembuat Pempek PT Cita Rasa Palembang. *J. Pengabd. Kpd. Masy. Bina Darma* 1, 1–12.
- Shabuur, M., Mangundjaya, W., 2020. Pengelolaan Stres dan Peningkatan Produktivitas Kerja Selama Work From Home pada Masa Pandemi Covid-19. *J. Psikol. Udayana* 7, 93–109. <https://doi.org/10.24843/JPU.2020.v07.i02.p.09>
- Sutajaya, I., 2018. *Ergonomi*, 1st ed. Rajawali Pers, Depok.
- Sutajaya, I., 2017. *Sistem Koordinasi dan Organ Indera*, 1st ed. Innosain.
- Sutajaya, I., 2016. Pelatihan Ergo-Entrepreneurship Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Kewirausahaan Pedagang Kuliner di Peliatan Ubud Gianyar Bali, in: *Prosiding Seminar Nasional MIPA.*
- Sutajaya, I., Citrawathi, D., 2021. The Implementation of the Tri Datu Concept of Socio-Cultural Ergonomic Oriented to Maintain Entrepreneurial Attitude of Workers on The Covid-19 Pandemic, in: *Proceedings of the Second Asia Pacific International Conference on Industrial Engineering and Operations Management. Surakarta, Indonesia*, pp. 14–16.
- Sutajaya, I., Citrawathi, D., Warpala, I.W., Arnita, N.P., Devi, N.L.P.M., Aryani, N.M., 2021. Nyangling Berorientasi Socio-Cultural Ergonomic Meningkatkan Pemahaman Masyarakat Terhadap Penyelamatan Sumber Daya Air dan Kesehatan, in: *Proceeding Senadimas Undiksha*. p. 215.
- Sutajaya, I., Warpala, I.W., 2018. Wisata Rurung Berorientasi Ergo-Entrepreneurship Dengan Pesona Kampung, in: *Prosiding Seminar Nasional MIPA.*
- Yuniarto, Y., Moningka, E.T., 2020. Faktor-Faktor Pembentuk Motivasi Intrinsik Pekerja Pada Usaha Resort & Spa XYZ di Mana. *J. Pengabd. dan Kewirausahaan* 4, 113–120.