

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, L., Yanuar, F. & Devianto, D. 2019. Uji Validitas dan Reliabilitas Tingkat Partisipasi Politik Masyarakat Kota Padang. *Jurnal Matematika UNAND*. 8(1):179–188.
- Apriyanto, T. 2016. Analisis Skala Mood (Mood Scale) Atlet Bola Voli Putri PELATDA DKI Jakarta. In *Prosiding Seminar dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta*. 1(1).
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. 1st ed. Vol. 1. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cheuvront, S.N., Iii, R.C. & Sawka, M.N. 2003. *Fluid Balance and Endurance Exercise Performance*.
- Cheuvront, S.N., Kenefick, R.W., Montain, S.J. & Sawka, M.N. 2010.
- Darisman, E.K., Prasetyo, R. & Bayu, W.I. 2021. *Belajar Psikologi Olahraga Sebuah Teori dan Aplikasi Dalam Olahraga*. A. Rofiq, ed. Jakad Media Publishing.
- Dewi, D.C. 2020. Analisis Beban Kerja Mental Operator Mesin Menggunakan Metode NASA TLX di PTJL. *Journal of Industrial View*. 2(2):20–28.
- Diniari, H.R. 2019. Analisis Stres Kerja Akibat Beban Kerja Mental Pada Pekerja PT. Kerta Rajasa Raya. *Medical Technology and Public Health Journal*. 3(2):133–140.
- Ellis, J.M.S. & Ritters, L. V. 2013. Patterns of FOS protein induction in singing female starlings. *Behavioural Brain Research*. 237(1):148–156.
- Erliana, C.I., Syarifuddin, S. & Trisyiam, Y. 2023. Analisis Pengukuran Beban Kerja Fisik Dan Mental Karyawan Menggunakan Metode *Cardiovascular Load* dan *Nasa Task Load Index* Di PT. Charoen Pokphan Cabang Gebang. *Industrial Engineering Journal*. 12(1):39–48.
- Fithri, P. & Anisa, W.F. 2017. Pengukuran Beban Kerja Psikologis dan Fisiologis Pekerja di Industri Tekstil. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*. 16(2):120–130.

- Fitriani, D., Nurlaela, N. & Sudarwadi, D. 2019. Lingkungan Kerja Fisik, Lingkungan Kerja Non Fisik, Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Guru SMK Negeri 1 Manokwari. *Cakrawala Management Business Journal*. 1(1):119.
- Handayani, S.G. 2019. Peranan Psikologi Olahraga dalam Pencapaian Prestasi Atlet Senam Artistik Kabupaten Sijunjung. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*. 2(2):1–12.
- Harte, J.L. 1995. *The effects of running, environment, and attentional focus on athletes' catecholamine and cortisol levels and mood*. Cambridge tjniversily Press.
- Iba, Z. & Wardhana, A. 2024. *Analisis Rregresi dan Analisis Jalur Untuk Riset Bisnis Menggunakan SPSS 29.0 & SMART-PLS 4.0*. M. Pradana, ed. 1st ed. Vol. 1. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Iridiastadi, H. & Yassierli. 2014. *Ergonomi Suatu Pengantar*. Nia, ed. 1st ed. Vol. 2. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Khotimah, S., Effendi, R., Kumalasari, E., Manajemen, P. & Ekonomi, F. 2021. Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Kinerja Karyawan Pada Dealer Mobil Toyota AUTO 2000 Cabang Pembantu Pangkalan Bun. *Megenta*. 9(2):65–74.
- Kuesten, C., Bi, J. & Meiselman, H.L. 2017. Analyzing consumers' Profile of Mood States (POMS) data using the proportional odds model (POM) for clustered or repeated observations and R package 'repolr'. *Food Quality and Preference*. 61:38–49.
- Lifa, N., Arik, N., Muhammad, P. & Riza, F. 2014. Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada Karyawan Auto 2000 Sukun Malang). *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*. 11(1).
- Malentika, N., Itryah & Mawardah, M. 2017. Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Suasana Hati Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah PYSCH*E. 11(2):97–106.
- Mc Nair, D.M. 1992. *Profile of mood states*.

- Morgan, W.P. 1985. Affective beneficence of vigorous physical activity. *Medicine and science in sports and exercise*. 17(1):94–100.
- Muraweni, M., Rasyid, R. & Gunawan, B.I. 2017. Pengaruh lingkungan kerja fisik, lingkungan kerja non fisik dan komunikasi terhadap kepuasan kerja pegawai di bagian umum sekretariat daerah kabupaten soppeng. *Jurnal Mirai Management*. 2(1):56–70.
- Nabawi, R. 2019. Pengaruh Lingkungan Kerja, Kepuasan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Pegawai. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*. 2(2):170–183.
- Nuryadi, Astuti, T.D., Utami, E.S. & Budiantara, M. 2017. *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. 1st ed. Bantul, Yogyakarta: Sibuku Media. www.sibuku.com.
- Oktavia, S., Rahmawati, R. & Uslianti, S. 2021. Pengukuran Beban Kerja Fisik dan Tingkat Kelelahan Karyawan PT. XYZ Menggunakan Metode CVL dan IFRC. *Jurnal Teknik Industri Universitas Tanjungpura*. 5(1).
- Parwata, I.M.Y. 2015. Kelelahan dan Recovery Dalam Olahraga. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. (June, 13):2–13.
- Plante, T.G., Cage, C., Clements, S. & Stover, A. 2006. Psychological benefits of exercise paired with virtual reality: Outdoor exercise energizes whereas indoor virtual exercise relaxes. *International Journal of Stress Management*. 13(1):108–117.
- Pratiwi, P.I., Sulistyantara, B., Sisriany, S. & Lazuardi, S.N. 2023. Physiological and Psychological Effects of Walking in Campus Landscape to Young Adults. *Journal of Regional and City Planning*. 33(3):367–385.
- Pretty1, J., Griffin1, M., Peacock1, J., Hine1, R., Sellens1, M. & South2, N. 2007. *Countryside Recreation Network A countryside for health and wellbeing: the physical and mental health benefits of green exercise*.
- Rahayu, I.P., Susanto, I.H., Pudjijuniarto, P. & Sulistyarto, S. 2024. Analisis Hubungan Antara Mood Atlet Dengan Tingkat Keberhasilan Snatch Pada

- Atlet Angkat Besi PABSI JATIM Surabaya. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*. 2(3):63–77.
- Rahdiana, N., Arifin, R. & Hakim, A. 2021. Pengukuran Beban Kerja Mental di Bagian Perawatan di PT. XYZ Menggunakan Metode NASA-TLX. *Go-Integratif: Jurnal Teknik Sistem dan Industri*. 2(01):1–11.
- Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. 1st ed. Vol. 1. Bandung: Alfabeta.
- Susihono, W. 2016. *Ergonomi di Industri Pengecoran Logam: Pendekatan Fisiologis dan Pengukuran Kinerja Karyawan*. M. Fathurrohman, ed. 1st ed. Vol. 1. Serang: Untirta Press.
- Sutton, G.W. 2019. *Applied Statistics Concepts For Counselors*. Sunflower.
- Syarifuddin, S., Melinda Pane, A. & Muzakir, M. 2021. Analisis Beban Kerja Operator Bagian Boiler Dengan Lingkungan Kerja Fisik Di PT Perkebunan Nusantara III PKS Sisumut. *Industrial Engineering Journal*. 10(1).
- Tarwaka, P. & Bakri, L.S. 2010. *Ergonomi Industri Dasar-dasar pengetahuan ergonomi dan aplikasi di tempat kerja*. Solo; Harapan Press Solo.
- Tarwaka, Bakri, H.S. & Sudiadjeng, L. 2004. *Ergonomi: Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. 1st ed. Vol. 1.
- Thompson Coon, J., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J. & Depledge, M.H. 2011.
- Trinofiandy, R., Kridawati, A. & Wulandari, P. 2018. Analisis Hubungan Karakteristik Individu, Shift Kerja, dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2(2):204.
- Utomo, S. 2019. Pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Mega Auto Central Finance Cabang di Langsa. *PARAMETER*. 4(2).
- Wahyudhi, A.S.B.S.E. & Fajarwati, S. 2020. Profil Mood Atlet Pra-Pon Sepak Takraw Puteri Sulawesi Tengah Dalam Melakukan Latihan. *Journal Sport Area*. (November, 30):164–176.

- Wiranegara, B.F. & Suryadi, A. 2022. Analisis Beban Kerja Mental terhadap Karyawan dengan Metode Subjective Workload Assesment Technique PT. Surabaya Industrial Estate Rungkut (SIER). *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*. 1(8):1008–1022.
- Wirda, W. & Batubara, H. 2023. Wirda, W., Batubara, H. and Rahmahwati, R., Pengukuran Tingkat Kelelahan Dan Beban Kerja Mental Operator Forklift Menggunakan Metode IFRC Dan NASA TLX Di PT. XYZ. *Jurnal Teknik Industri Universitas Tanjungpura*.
- Yoshi Take, H. 1971. Relations between the symptoms and the feeling of fatigue. *Ergonomics*. 14(1):175–186.