

Determinan Kinerja Dosen Pada Pengajaran Metode Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Dengan Faktor Stres Sebagai Pemediasi

Determinants of Lecturer Performance in Online Teaching Methods During the Covid-19 Pandemic with Stress Factors as Mediation

Suryo Wibowo

*Specialty Programme in Occupational Medicine, Universitas Indonesia
Jl. Pegangsaan Timur No. 16, Cikini, Jakarta Pusat*

Diterima 30 Juli 2020 / Disetujui 30 September 2020

ASBTRACT

The Covid-19 pandemic that hit the world, especially in Indonesia, apparently continued and still uncertain when completed. In early 2020 along with the emergence of this virus, the predicted impact of Covid-19 have been widely publicized in which various aspects will also be affected such as Indonesia's economic growth decline, import disruption, aviation, tourism, and increased in food prices. In addition, this also has an impact on the education sector in Indonesia, especially in the lecture method in higher education. One impact is the change in the lecture method from the face-to-face method in the classroom to the online method. However, this is not necessarily successful. In the process many difficulties occur especially for lecturers. This study aims to analyse the determinants of the performance of college lecturers in Jakarta with stress factors in the use of online teaching technology. This study uses a quantitative method with a questionnaire instrument. The results of the study using SMART PLS 3.0 explain that both directly the performance of lecturers is influenced by workload factors that exist and the level of stress in the use of online teaching methods during this pandemic. In addition, this study also explains that Technostress as a mediating factor also explains the effect between workload on lecturer work performance. In the midst of conditions of rapid and limited change, training in the use of online teaching methods, especially in technical matters, is very much needed for lecturers to establish confidence in using online methods as well as the efficiency and effectiveness of switching from the face-to-face method in the class room to the online method.

Keywords: *performance, workload, stress, online*

ASBTRAK

Pandemi Covid-19 yang melanda dunia khususnya di Indonesia nyatanya masih berlanjut dan belum dapat dipastikan kapan selesai. Di awal tahun 2020 seiring dengan munculnya virus ini, prediksi akan dampak Covid-19 telah banyak dipublikasikan dimana berbagai aspek akan ikut terkena seperti pertumbuhan ekonomi Indonesia menurun, impor terganggu, penerbangan, pariwisata, dan kenaikan harga bahan pangan. Selain itu, hal ini juga memberikan dampak pada sektor pendidikan di Indonesia khususnya pada metode perkuliahan di perguruan tinggi. Salah satu dampaknya yaitu perubahan metode perkuliahan dari metode tatap muka di kelas menjadi metode daring. Namun demikian, hal ini tidak serta merta berhasil. Pada proses banyak kesulitan yang terjadi khususnya bagi para dosen. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan kinerja dosen perguruan tinggi di Jakarta dengan faktor stres dalam penggunaan teknologi mengajar secara daring. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan instrument kuesioner. Hasil penelitian dengan menggunakan SMART PLS 3.0 ini menjelaskan bahwa baik secara langsung performa dosen dipengaruhi oleh faktor beban kerja yang ada dan tingkat stres dalam penggunaan metode pengajaran daring di masa pandemi ini. Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan bahwa *Technostress* sebagai faktor pemediasi juga menjelaskan pengaruh antara beban kerja terhadap performa kerja dosen. Di tengah kondisi perubahan yang serba cepat dan terbatas, pelatihan dalam penggunaan metode pengajaran daring khususnya pada hal-hal teknis sangat diperlukan untuk para dosen untuk membangun kepercayaan diri dalam penggunaan metode daring serta efisiensi dan efektivitas pergantian metode tatap muka di kelas menjadi metode daring.

Kata kunci: *performa, beban kerja, stres, daring*

PENDAHULUAN

Jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 di Jakarta terus mengalami perubahan. Laporan per 28 Juli 2020 tercatat 19.885 kasus positif dengan informasi sembuh sebanyak 12.373

kasus atau sebesar 62,2%. Jumlah ini terus bertambah dan memberikan dampak pada berbagai aspek kehidupan di Indonesia khususnya di Jakarta.

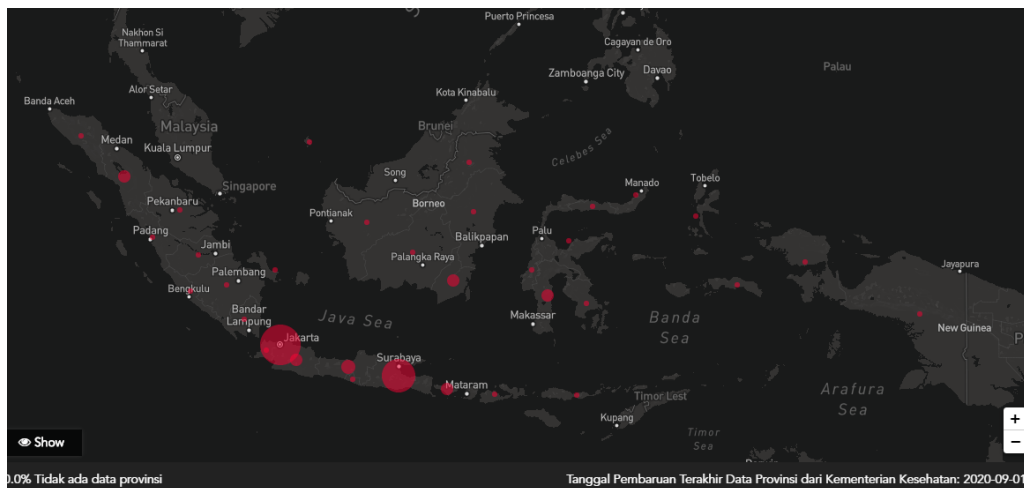
Tabel 1. Data Pemantauan Covid-19 Jakarta

Deskripsi	Jumlah (kasus)	%
Dirawat	1.848	9,3
Sembuh	12.373	62,2
Meninggal	795	4
Isolasi Mandiri	4.869	24,5

Sumber: Jakarta.go.id (2020)

Per tanggal 1 September 2020 kasus Covid-19 masih berlanjut di berbagai provinsi di Indonesia. Berdasarkan situs resmi pemerintah mengenai Covid-19 menunjukkan bahwa terdapat beberapa provinsi yang mengalami peningkatan kasus. DKI Jakarta sebagai ibukota menjadi salah satu provinsi dengan jumlah sebaran Covid-19 sebesar 40.987 atau sebesar 23,1%. Kemudian provinsi Jawa Timur memiliki kasus sejumlah 33.893 atau sebesar 19,1%. Jawa Tengah merupakan provinsi ketiga yang memiliki jumlah kasus

sebesar 14.164 atau sebesar 8%. Selanjutnya Sulawesi Selatan dengan jumlah kasus 12.057 atau sebesar 6,8%. Posisi lima besar ditempati oleh provinsi Jawa Barat yaitu sebesar 11.278 atau sebesar 6,4%. Berdasarkan hasil ini dapat dijelaskan bahwa dampak yang ditimbulkan akibat pandemi yang berkepanjangan ini akan terus melebar seiring dengan semakin besar sebaran kasus ini. Secara nasional, dampak perekonomian akan dapat terganggu secara massal.



Figur 1. Peta Sebaran Kasus Covid-19 per 1 September 2020

Sumber: Covid19.go.id (2020)

Di awal tahun 2020 prediksi akan dampak Covid-19 telah banyak dipublikasikan dimana berbagai aspek akan ikut terkena seperti penurunan pertumbuhan ekonomi Indonesia, terganggunya impor, penerbangan, pariwisata, dan kenaikan harga bahan pangan (Media Indonesia, 2020). Hal ini menjelaskan bahwa masa pandemi ini akan membawa dampak ke hampir semua sektor kehidupan masyarakat dalam jangka waktu belum dapat dipastikan didasarkan perkembangan situasi yang ada. Pandemi Covid-19 memberikan dampak juga terhadap proses bisnis perusahaan, salah satunya bidang pendidikan perguruan tinggi di Indonesia. Penggunaan metode daring dalam pengajaran mau tidak mau harus dilakukan di masa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Berbagai media teknologi daring digunakan seperti *Email, Zoom, Google Meet*, dan sebagainya. Walaupun pada prosesnya terdapat pemberitaan mengenai unsur ketidakamanan dalam penggunaan media tersebut dimana hal ini dapat membentuk persepsi negatif untuk menggunakannya (Christian, 2019b). Seperti yang diketahui bahwa beberapa waktu sempat bermunculan berita mengenai keraguan akan sistem keamanan media pengajaran daring yang digunakan. Tidak hanya di Indonesia, hal ini juga menjadi perhatian global.

Di satu sisi, upaya ini dinilai memberikan kepraktisan dalam media yang digunakan. Namun di sisi yang berbeda, metode ini mendatangkan kesulitan yang tidak sedikit bagi para dosen. Akumulasi kesulitan dalam pelaksanaannya dapat membentuk stres bagi para dosen walaupun tidak berlaku bagi semua dosen. Hal ini dikarenakan ragam demografi turut memengaruhi penerimaan dan penggunaan teknologi di tempat kerja (Fuglseth & Sjørebø, 2014; He & Freeman, 2010). Stres dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang mengganggu yang berkaitan dengan psikologis, emosional ataupun kesehatan sebagai akibat adanya pengaruh eksternal (Sareen, 2019). Dengan demikian dapat ditekan juga bahwa kesehatan individu salah satunya ditentukan oleh tingkat stres yang ada.

Stres sendiri dalam dunia kerja dapat disebabkan oleh pekerjaan yang dilakukan sampai waktu yang berlebih (lembur) ataupun mengerjakan beberapa pekerjaan secara

bersamaan (Kofoworola & Alayode, 2012). Jumlah beban kerja yang berlebih yang menggunakan jam kerja berlebihan berdasarkan hal ini dapat menyebabkan stres pada pekerja. Ditambah lagi dengan pekerjaan-pekerjaan yang menuntut pengetahuan atau wawasan dalam menggunakan perangkat teknologi dalam menjalankan pekerjaannya. Hal ini bukan tidak mungkin dapat menambah beban yang berlebih khususnya dalam pemikiran yang dapat berujung pada tingkat stres tertentu.

Technostress dapat memberikan dampak pada gangguan fisik, gangguan psikologis, dan gangguan perilaku (Brillhart, 2004) yang dapat memengaruhi performa di tempat kerja (Suharti & Susanto, 2014). Hal ini sejalan dengan penjelasan di atas bahwa *technostress* dalam pekerjaan dapat menyebabkan beberapa gangguan yang dapat mengarah pada tingkat stres pekerja. Hal ini akan menyebabkan perubahan pada perilaku, kondisi fisik ataupun psikologis para pekerja. Kondisi yang berkepanjangan ini akan dapat memengaruhi performa kerja para pekerja yang ada. Di satu sisi para pekerja mengalami kerugian sebagai dampak ini, dan di sisi lain juga perusahaan akan mengalami kerugian akibat performa kerja tidak maksimal.

Seiring dengan perkembangan teknologi, pendidikan menuntut peserta didik untuk dapat beradaptasi dengan inovasi teknologi. Namun di sisi lain para pengajar juga diharuskan untuk tidak gagap internet (Hatlevik & Hatlevik, 2018). Ragam usia dan generasi sebagai tenaga pengajar menjadikan hal ini tidak mudah untuk diatasi. Perubahan sistem pengajaran dan perangkat pendukung dalam mengajar tiap generasinya menjadikan pergeseran perangkat pendukung untuk mengajar khususnya yang berkaitan dengan integrasi teknologi menjadi tantangan tersendiri. Pelatihan dan membiasakan diri untuk menggunakan perangkat teknologi tersebut dapat menjadi salah satu solusi yang bisa dilakukan.

Terlebih lagi di masa pandemi Covid-19 dimana pembelajaran dari rumah (daring) diberlakukan. Kepercayaan diri para pengajar untuk penggunaan Teknologi Informasi Komunikasi dapat terbentuk seiring dengan

meningkatnya efikasi diri mengenai komputer (Fanni, Rega, & Cantoni, 2013). Tenaga pengajar akan dapat menyampaikan materi kepada peserta didik dengan lancar dan memiliki konsentrasi apabila tidak ada gangguan seperti dari penggunaan teknologi sebagai bagian dari metode pengajaran yang diberikan. Gangguan ini akan sangat mungkin mengganggu fokus tenaga pengajar terhadap keseluruhan materi yang akan disampaikan karena adanya pengalihan perhatian karena terjadinya eror atau ketidaklancaran dalam mengoperasikan perangkat yang berbasis teknologi yang digunakan dalam pengajaran.

Beban hidup sehari-hari, kemajuan teknologi, peningkatan daya saing, dan pengangguran merupakan kondisi-kondisi yang dapat membentuk tingkat stres bagi pengajar sama seperti pekerja bidang lainnya. Penggunaan teknologi pengajaran dapat mengakibatkan kelelahan baik visual maupun pendengaran (Leme & Maia, 2015). Hal ini membentuk tingkat stres yang berlebih dengan adanya faktor stres tambahan dari lingkungan keseharian para tenaga pengajar yang kemudian ditambah dengan stres dalam lingkungan kerja sebagai dampak dari penggunaan perangkat teknologi dalam metode pengajaran.

Kelelahan dapat berdampak pada aspek kinerja seperti ketelitian dan kecepatan (Paula & Päivi, 2007). Tidak dapat dipungkiri bahwa individu memiliki batasan ketelitian dalam mengerjakan suatu pekerjaan. Hal ini dapat bergantung pada kondisi kesehatan tubuh individu ataupun jam kerja tertentu. Semakin berlebih jam kerja individu akan berdampak pada kondisi tubuh yang dapat memengaruhi tingkat ketelitian individu dalam melakukan pekerjaan. Faktor kecepatan individu dalam melakukan pekerjaan juga akan dapat terganggu apabila kondisi tubuh mengalami kelelahan yang berlebih. Hal ini juga dapat berdampak pada hasil pekerjaan yang dilakukan.

Perkembangan teknologi membuat perusahaan baik umum maupun swasta menerapkan Teknologi Informasi untuk menunjang proses bisnis (De Haes, Van Grembergen, & Debreceny, 2013; Garicano & Heaton, 2010) walaupun memiliki berbagai hambatan dalam implementasinya (Marchiori,

Mainardes, & Rodrigues, 2018). Teknologi dan perkembangannya sendiri telah diterima dalam berbagai sektor industri misalnya usaha kuliner (Christian, 2019a). Teknologi sebagai bagian dari perkembangan era dimana kecepatan dalam melakukan suatu pekerjaan semakin bermunculan. Hal ini secara tidak langsung menjelaskan bahwa manusia sebagai pengguna teknologi yang berkembang diharapkan dapat beradaptasi pada kondisi teknologi yang ada, salah satunya adalah wawasan mengenai penggunaan atau manfaat perangkat teknologi tersebut.

Secara berkelanjutan, stres dalam penggunaan metode daring dalam pengajaran bagi para dosen dapat berdampak pada kinerja atau performa dosen. Pencapaian target dalam memenuhi Tri Dharma Perguruan Tinggi bagi para dosen akan membutuhkan penyesuaian metode implementasinya. Hal ini akan memberikan kebiasaan baru bagi para dosen. Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan kinerja dosen dengan beban kerja yang ada dan faktor stres dalam mengajar dengan metode daring sebagai faktor pemediasi.

KAJIAN TEORITIS DAN HIPOTESIS

Workload

Workload atau beban kerja dapat dijelaskan dari berbagai aspek. Molen et al. (2010) menjelaskan pengukuran beban kerja energik dilihat dari detak jantung (detak/menit). Leung, Yucel, & Duffy (2010) dan Xie & Salvendy, (2000) menjelaskan beban kerja dari aspek mental yaitu beban kerja mental diartikan sebagai berkurangnya sumber daya internal manusia untuk dapat menyelesaikan pekerjaan yang dilakukan.

Aspek lain yang berkaitan dengan beban kerja yaitu adanya transisi dalam melakukan pekerjaan dan beban yang berbeda (Prytz & Scerbo, 2014). Hal ini menjelaskan bahwa tambahan pekerjaan dengan waktu yang berkelanjutan dapat membentuk penambahan beban kerja. Vasquez, Bendell, Talone, & Jentsch (2019) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa metode yang dapat dilakukan untuk menangkap perubahan dalam beban kerja yaitu penilaian beban kerja

subjektif dan pencatatan fisiologis dari indikator beban kerja seperti respon kulit galvanik, detak jantung, pelebaran pada pupil dan sebagainya.

Beban kerja akan meningkat apabila pekerjaan yang diberikan semakin sulit atau waktu yang diberikan untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut berkurang atau tidak sesuai (Pond, Webster, & Machuca, 2012). Kemampuan pekerja untuk menyelesaikan lebih dari satu pekerjaan dalam waktu yang bersamaan atau berdekatan memiliki batasan dan dapat ditentukan oleh tenaga, konsentrasi, dan motivasi yang ada. Oleh karena itu, konsep ini menjelaskan juga bahwa perlunya waktu istirahat untuk melakukan pekerjaan berikutnya. Pemaksaan untuk melakukan lebih dari satu pekerjaan dalam waktu bersamaan cenderung akan membuat hasil yang kurang optimal.

Dari sisi jumlah pekerjaan dan waktu, *workload* atau beban kerja merupakan tuntutan pekerjaan atau pemicu stres yang membutuhkan energi, waktu, dan psikologis (Goh, Iles, & Wilson, 2015). Hampir sama dengan penjelasan ini, Carlson (2003) juga menjelaskan bahwa *workload* diartikan sebagai jumlah aktivitas yang harus diselesaikan dalam periode waktu tertentu. Selain itu, beban kerja dapat juga dilihat secara mental, dimana beban kerja mental diartikan sebagai proporsi kapasitas mental yang diperlukan untuk kinerja suatu tugas dengan kompleksitas tugas yang ditentukan (Brookhuis & De Waard, 2001).

Beban kerja dapat membentuk stres khususnya dalam bidang pekerjaan yang melibatkan penggunaan teknologi (Suharti & Susanto, 2014). Hal ini semakin menguatkan penjelasan sebelumnya dimana adanya perangkat teknologi dalam pekerjaan apalagi yang bersifat baru dapat menyebabkan stres yang dapat mengganggu performa pekerjaan. Hal ini selain merugikan pekerja juga tidak membawa keuntungan bagi perusahaan. Oleh karena itu, pengaturan beban kerja para pekerja perlu diatur sedemikian oleh manajemen sebagai bentukantisipasi terjadinya hal ini.

Penggunaan teknologi yang cenderung rumit untuk pekerjaan dinilai dapat membentuk stres di tempat kerja (Ayyagari, Grover, &

Purvis, 2011). Hal ini juga dijelaskan oleh Walz (2012 dan Agbu & Simeon (2011) dimana pekerjaan dengan proses tertentu yang melibatkan teknologi dapat membentuk *Technostress*.

Faktor beban kerja yang berlebih ditambah dengan kesulitan tertentu dalam menggunakan perangkat teknologi dalam pekerjaan akan menambah tingkat stres para pekerja. Pada penjelasan di atas telah dipaparkan bahwa faktor ini akan dapat menyebabkan tingkat kecepatan dan ketelitian pekerja dalam melakukan pekerjaannya dapat terganggu. Dalam kaitannya dengan stres, tekanan dalam bekerja khususnya pada penguasaan teknologi akan mengurangi beban kerja pekerja (Quinn, 2000). Berdasarkan penjelasan ini maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

Hipotesis 1: *Workload* berpengaruh terhadap *Technostress*

Technostress

Stres dipandang sebagai bentuk proses transaksional adanya tuntutan dari lingkungan yang lebih besar dibandingkan kemampuan individu untuk menyelesaikan atau melakukannya (Hauk, Goritz, & Krumm, 2019). Hal ini menjelaskan juga bahwa kebelihan beban kerja berpotensi membentuk stres pada tingkat tertentu. Istilah *Technostress* dalam penelitian telah digunakan dalam berbagai aspek (Dunmade, Adegoke, & Agboola, 2014) dimana salah satunya digunakan untuk adopsi Teknologi Informasi (Aliyu, Gbaje, & Lawal, 2016). *Technostress* dapat dipandang sebagai suatu kondisi beradaptasi untuk menggunakan dan membiasakan diri dalam penggunaan teknologi.

Selain itu juga, *Technostress* dapat membentuk kelebihan beban kerja (Ahmad, Amin, & Ismail, 2015). Perlunya waktu untuk membiasakan diri dalam menggunakan perangkat teknologi dalam pekerjaan sangat diperkukan untuk mencegah salah penggunaan dan ketidakpercayaan diri dalam menggunakan perangkat tersebut. Dengan demikian, *technostress* dalam hal ini dapat diantisipasi. Hal yang tidak jarang ditemukan adalah

ketidaksiapan pekerja dalam menggunakan perangkat teknologi dalam pekerjaan. Ketidaksiapan ini dapat berbentuk berbagai hal hal seperti kurangnya pengetahuan atau wawasan dalam menggunakan perangkat teknologi, kurang terbiasa dalam penggunaan perangkat teknologi dalam pekerjaan tersebut, dan kurangnya waktu untuk mempelajari cara penggunaan perangkat teknologi yang dimaksud.

Technostress dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurang pengalaman dalam mengoperasikan komputer, kurang pelatihan, perubahan teknologi informasi komunikasi yang cenderung cepat berubah (Okebaram, 2013). Hal ini menjelaskan bahwa pengalaman dalam penggunaan perangkat teknologi dalam pekerjaan menjadi faktor penting untuk mencegah gagap teknologi yang berujung pada stres. Selain itu, faktor usia pengguna di satu sisi dapat menjadi pemicu *technostress*. Hal ini dimungkinkan karena kurangnya pengalaman untuk menggunakan perangkat teknologi dalam pekerjaan dan adanya kecenderungan kesulitan untuk mempelajari dan beradaptasi terhadap perangkat teknologi yang digunakan dalam pekerjaan.

Beberapa hal terkait *technostress* yaitu *techno-anxiety* (kecemasan teknologi), *techno-addiction* (kecanduan teknologi), dan *techno-strain* (Brivio et al., 2018; Elhai, Levine, Dvorak, & Hall, 2016; Salanova, Gumbau, & Cifre, 2012). Kecemasan teknologi menjelaskan pada aspek ketakutan dalam mengoperasikan perangkat teknologi seperti komputer. Ketakutan ini menekankan pada tindakan menekan tombol suatu perintah. Kecanduan teknologi dapat dijelaskan sebagai gangguan impuls yang melibatkan penggunaan perangkat teknologi dalam pekerjaan yang tidak dapat dikendalikan. Ketegangan terhadap penggunaan teknologi atau *techno-strain* dapat dijelaskan sebagai pengalaman stres yang dirasakan sebagai dampak dari penggunaan teknologi informasi yang bersifat baru.

Dalam waktu terus-menerus *technostress* dapat berdampak pada kepuasan kerja pekerja (Tarafdar, Tu, Ragu-Nathan, & Ragu-Nathan, 2011). Hal ini menjelaskan juga bahwa loyalitas para pekerja untuk terus

bekerja pada suatu organisasi akan bergantung pada kepuasan para pekerja bekerja di tempat tersebut yang didasarkan para pengalaman kerja dalam periode tertentu. Hal ini sejalan juga dengan yang dijelaskan oleh Suharti & Susanto, (2014) yang menjelaskan bahwa *technostress* memberikan pengaruh terhadap performa kerja yang dilakukan. Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan, maka hipotesis selanjutnya dalam penelitian ini yaitu:

Hipotesis 2: *Technostress* berpengaruh terhadap *Performance*

Performance

Performance atau performa kerja dimana salah satunya adalah kepuasan kerja dipengaruhi oleh tingkat stres pada penggunaan teknologi yang berkaitan dengan pekerjaan yang dilakukan (Tarafdar et al., 2011). Stres dalam hal ini dapat menjadi hambatan dalam mendukung kelancaran pekerjaan yang dilakukan. Hal ini secara jangka panjang dapat menyebabkan kinerja yang tidak tercapai.

Hal yang sama juga dijelaskan bahwa performa dalam pekerjaan dapat diartikan sebagai keberhasilan individu dalam menyelesaikan suatu pekerjaan (Suharti & Susanto, 2014). Stres kerja dalam hal ini memiliki beban yang lebih kecil atau lebih ringan dari kemampuan pekerja untuk menyelesaikannya. Sebaliknya, tingkat stres yang berlebih dan beban kerja yang melebihi kemampuan para pekerja untuk melakukannya akan dapat menghambat ketercapaian performa kerja yang diinginkan.

Menurut Brillhart (2004), stres dapat berdampak pada produktivitas pekerjaan yang dilakukan. Hal ini juga sejalan dengan penjelasan (Skeem, 2005) dimana faktor stres menjadi hal yang kontraproduktif terhadap pekerjaan. Beberapa penelitian menjelaskan variabel-variabel yang memengaruhi performa pekerjaan. Smith & Smith (2017) menggunakan variabel-variabel seperti gaya hidup, kebisingan, *shift* kerja, pengawasan/dukungan, tuntutan, dan kelelahan. Penelitian ini secara khusus menggunakan faktor-faktor yang terdapat di lingkungan kerja yaitu di perusahaan kereta. Penelitian ini menitikberatkan pada hal-hal

eksternal di lingkungan kerja sebagai faktor pemicu stress.

Kebisingan di tempat kerja misalnya dapat mengganggu produktivitas pekerja untuk melakukan pekerjaan. *Shift* kerja termasuk dapat menyebabkan kinerja kerja tidak maksimal. *Shift* kerja yang terlalu lama atau shift kerja yang kurang sesuai dengan kondisi Kesehatan tubuh pekerja dapat memengaruhi kinerja para pekerja.

Peningkatan performa pekerjaan akan sangat memberikan pengaruh terhadap kinerja perusahaan. Hal ini juga menjelaskan bahwa *Technostress* sebagai faktor pemediasi memberikan pengaruh antara *workload* terhadap *performance* (Suharti & Susanto, 2014). Berdasarkan hal ini, hipotesis berikut diajukan sebagai berikut:

Hipotesis 3: *Workload* berpengaruh terhadap *Performance* yang dimediasi *Technostress*

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan model penelitian yang diadopsi dari Li & Wang (2020); Suharti & Susanto (2014). Terdapat 3 variabel yaitu *Workload* terdiri dari 6 item, *Technostress* terdiri dari 5 item dan *Performance* terdiri dari 4 item. Dengan menggunakan kuesioner data ini dikumpulkan pada masa Pandemi Covid-19 di bulan April 2020 dengan jumlah 126 dosen Perguruan Tinggi Strata 1 di Jakarta. Jumlah ini disesuaikan dengan penentuan jumlah sampel dalam penelitian (Hair, Black, & Babin, 2010). Kuesioner disusun dengan item yang terdiri dari 5 skala likert (Sangat Tidak Setuju – Sangat Setuju). Analisis data menggunakan SMART PLS 3.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

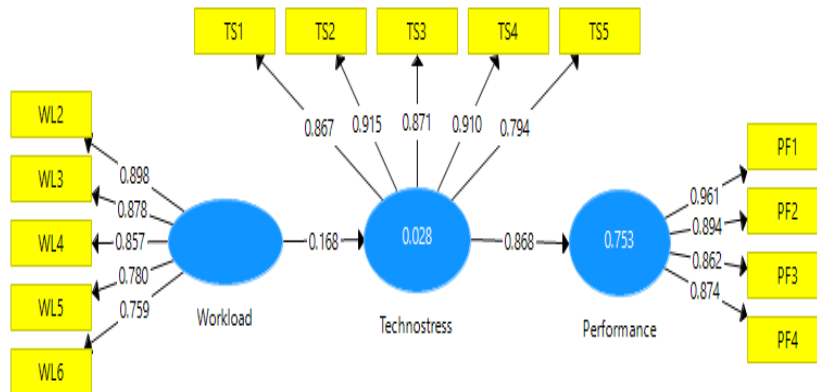
Profil Responden

Dari hasil pengumpulan data, diperoleh responden sebanyak 126 orang yang terdiri dari 62 responden laki-laki atau sebesar 49,21% dan 64 responden perempuan atau sebesar 50,79%. Berdasarkan hasil dapat dijelaskan bahwa jumlah hampir merata baik responden perempuan maupun responden laki-laki walaupun responden perempuan masih memiliki jumlah yang lebih banyak.

Uji Validitas & Reliabilitas

Dalam analisis penelitian ini akan dijelaskan beberapa uji seperti uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas atau uji kesahihan bertujuan untuk mengetahui ketepatan suatu alat ukur. Hal ini juga menjelaskan sejauh mana variabel yang digunakan memiliki ketepatan untuk dilibatkan dalam suatu penelitian. Uji reliabilitas atau uji keandalan menjelaskan konsistensi alat ukur atau pengukuran apabila dilakukan secara berulang. Kedua uji dasar ini menjadi syarat utama untuk mengukur variabel-variabel yang digunakan dalam suatu penelitian.

Dalam penelitian ini, uji validitas ditunjukkan pada hasil *Outer loadings* dan *Average Variance Extracted* (AVE). *Outer loadings* memiliki ketentuan angka yang diperoleh harus menunjukkan angka di atas 0,7. Selanjutnya *Average Variance Extracted* (AVE) mensyaratkan angka yang diperoleh harus menunjukkan angka di atas 0,5. Kemudian pada uji reliabilitas penelitian ini dilihat dari hasil *Composite reliability* dan *Cronbach's Alpha*. Hasil *composite reliability* dikatakan reliabel apabila angka pada *composite reliability* menunjukkan angka di atas 0,7. Selanjutnya pada hasil *Cronbach's Alpha*, hasil angka harus menunjukkan angka di atas 0,6.



Figur 2. Outer Loadings
 Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Outer loading pertama terdapat 2 item yang berada di bawah 0,7 kemudian dilakukan penghapusan pada 2 item tersebut dan angka pada seluruh item di atas 0,7. Pada variabel *Workload* (WL) menunjukkan angka WL2=0,989, WL3=0,878, WL4=0,857, WL5=0,780, dan WL6=0,759. Selanjutnya angka pada variabel *Tehcnostress* (TS)

menunjukkan angka TS1= 0,867, TS2=0,915, TS3=0,871, TS4=0,910, TS5=0,794. Variabel *Performance* (PF) menunjukkan angka PF1=0,961, PF2=0,894, PF3=0,862, dan PF4=0,874. Berdasarkan hasil ini dapat dijelaskan bahwa seluruh item pada penelitian ini dikatakan *valid*.

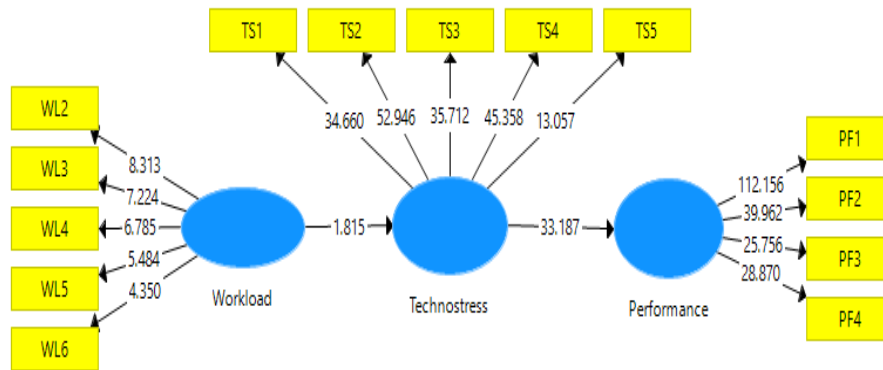
Tabel 2. Outer loadings

Variabel	Item	Outer loadings
<i>Workloading (WL)</i>	WL2	0,898
	WL3	0,878
	WL4	0,857
	WL5	0,780
	WL6	0,759
	<i>Technostress (TS)</i>	TS1
TS2		0,915
TS3		0,871
TS4		0,910
TS5		0,794
<i>Performance (PF)</i>	PF1	0,961
	PF2	0,894
	PF3	0,862
	PF4	0,874

Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Begitu juga dengan hasil *bootsrapping* pada figur 2 dapat dijelaskan bahwa nilai *t-statistic* menunjukkan angka di atas 1,96 begitu juga dengan angka pada *path coefficients*.

Berdasarkan hasil ini maka dapat dijelaskan bahwa semua konstruk pada penelitian ini memenuhi kelayakan analisis.



Figur 3. Outer Loadings Bootstrapping
 Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Selanjutnya angka semua variabel pada *Average Variance Extracted* (AVE) berada di atas 0,5 yang menjelaskan bahwa instrumen

pengukuran memiliki ketepatan data yang *valid* dengan angka terbesar 0,808 dan terkecil 0,700.

Tabel 3. Average Variance Extracted (AVE)

Variabel	AVE
Workloading (WL)	0,700
Technostress (TS)	0,761
Performance (PF)	0,808

Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Composite reliability dapat menjelaskan reliabilitas variabel dan angka pada semua variabel penelitian ini menunjukkan angka di atas 0,7 yang

menjelaskan semua variabel reliabel. Seluruh angka pada *Cronbach's Alpha* berada di atas di atas 0,6 yang menjelaskan seluruh variabel dikatakan reliabel.

Tabel 4. Uji Reliabilitas

Variabel	Item	Cronbach's Alpha	Composite Reliability
Workloading (WL)	WL2	0,893	0,921
	WL3		
	WL4		
	WL5		
	WL6		
Technostress (TS)	TS1	0,921	0,941
	TS2		
	TS3		
	TS4		
	TS5		
Performance (PF)	PF1	0,920	0,944
	PF2		
	PF3		
	PF4		

Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Koefisien Determinasi

Faktor Performance dipengaruhi oleh faktor *Technostress* sebesar 75,3% sedangkan sisanya sebesar 24,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Selanjutnya faktor *Technostress* dipengaruhi oleh variasi pada faktor beban kerja dalam

penelitian ini sebesar 2,8% dimana sebesar 97,2% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Uji Hipotesis

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai uji hipotesis penelitian ini yang terdiri dari 3 uji hipotesis.

Tabel 5. Uji Hipotesis

Deskripsi	T-Statistics (O/STDEV)	p values
Direct effect		
Workload → <i>Technostress</i>	33,861	0,000
<i>Technostress</i> → Performance	2,004	0,046
Indirect effect		
Workload → Performance	1,997	0,046

Sumber: Data olahan SMART PLS 3.0; n=126

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa Hasil pada tabel di atas menunjukkan bahwa angka pada *Workload* → *Technostress* sebesar 33,861. Angka ini berada di atas 1,96. Hal ini menjelaskan bahwa faktor *Technostress* dipengaruhi secara signifikan ($p < 0,05$) oleh faktor *Workload*.

Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan bahwa **Hipotesis 1 diterima**.

Hasil ini menjelaskan bahwa beban kerja dosen dalam penelitian ini membentuk stres khususnya dalam penggunaan media teknologi dalam pengajaran dengan metode daring. Beban kerja ini lebih menekankan pada hal-hal pada hal-hal teknis dalam penggunaan media teknologi yang digunakan untuk mengajar, misalnya kesulitan dalam penggunaan teknologi, waktu ekstra untuk mempelajari media teknologi pengajaran dan sebagainya. Hal ini dapat terbentuk berkepanjangan seiring belum diketahui akhir masa pandemic Covid-19 ini. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Suharti & Susanto (2014). Perangkat atau media yang digunakan dosen dalam metode pengajaran sebaiknya tidak memberatkan dalam tata cara penggunaannya. Banyaknya materi yang harus disampaikan dosen sudah membentuk tuntutan tersendiri yang

menjadikan beban pada tingkat tertentu. Bila hal ini ditambah dengan kompleksitas atau kerumitan dalam tata cara media dan perangkat yang digunakan untuk memberikan materi maka akan sangat mungkin dapat membentuk *technostress* pada tingkat tertentu. Pemberian waktu untuk pelatihan atau pengarahan mengenai media atau perangkat yang digunakan untuk pengajaran dapat membentuk kepercayaan diri dosen untuk mengenal dan terbiasa menggunakan media atau perangkat yang akan digunakan. Sebaliknya, ketidaksiapan dosen dalam melatih dirinya untuk menggunakan media atau perangkat yang dimaksud akan dapat membentuk beban dan tingkat stres tertentu dalam menggunakan media atau perangkat berbasis teknologi daring untuk mengajar.

Selanjutnya pada tabel di atas menunjukkan bahwa angka pada *Technostress* → *Performance* sebesar 2,004. Angka ini berada di atas 1,96. Hal ini menjelaskan bahwa faktor Performance dipengaruhi secara signifikan ($p < 0,05$) oleh faktor *Technostress*.

Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan bahwa **Hipotesis 2 diterima**.

Hal ini menjelaskan bahwa para dosen dalam penelitian ini merasa bahwa stres dalam

penggunaan media teknologi dalam pengajaran daring berdampak pada kinerja dosen itu sendiri. Tingkat kesulitan dan waktu yang dibutuhkan dalam persiapan ataupun pengajaran dengan metode daring ini memengaruhi hasil kinerja dosen. Seperti yang diketahui bersama, pada dasarnya kinerja dosen ditentukan oleh kinerja pada pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dimana terdapat Pengajaran, Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. Pengajaran yang memiliki proses pelaksanaan lebih panjang ini akan memiliki hambatan-hambatan yang akan muncul pada proses pelaksanaannya. Ketidaksiapan dan ketidakpercayaan diri dosen dalam menggunakan media atau perangkat teknologi dalam mengajar daring akan dapat menyebabkan beban kerja tertentu. Beban kerja ini dapat memengaruhi kinerja dosen dalam pengajaran. Hal ini harus diantisipasi baik dari personal dosen maupun dari institusi. Adanya waktu pelatihan yang cukup seperti yang telah dijelaskan di atas dapat menjadi salah satu upaya antisipasi dari hambatan tersebut. Institusi akan mendapatkan manfaat yang positif dari kelancaran proses pengajaran yang dilakukan oleh para dosen. Sebagai *output* akhir, hal ini dapat mendukung sasaran capaian Perguruan Tinggi sesuai dengan visi dan misi yang ada.

Pola kerja yang berlaku kepada para dosen sebelum pandemi Covid-19 sudah memiliki bobot kerja sendiri untuk pelaksanaannya. Namun demikian pada masa pandemi Covid-19 ini pengajaran memiliki bobot atau beban kerja yang bertambah dalam artian tingkat kesulitan dalam pelaksanaannya yang membutuhkan waktu lebih atau pengetahuan tambahan. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Suharti & Susanto (2014). Di sisi lain hasil penelitian ini menolak hasil penelitian yang dilakukan oleh Umar, Sale, & Yahaya (2013). Stres pada penggunaan media teknologi dapat disiasati dengan pemberian pelatihan yang cukup kepada pengguna media teknologi (Owajeme & Pereware, 2011).

Hal selanjutnya dapat ditunjukkan pada tabel di atas bahwa angka pada *Workload* → *Performance* dengan *Technostress* sebagai pemediasi sebesar 1,997. Angka ini berada di atas 1,96. Hal ini menjelaskan bahwa faktor

Performance dipengaruhi secara signifikan ($p < 0,05$) oleh faktor Beban Kerja dengan dimediasi oleh faktor *Technostress*.

Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan bahwa **Hipotesis 3 diterima**.

Ketidaksiapan para pengajar dalam mengadopsi metodemengajar berbasis teknologi daring menjadikan penggunaan media daring dalam pengajaran semakin menjadi hambatan yang besar. Keterbiasaan mengajar dengan metode konvensional atau tatap muka langsung di kelas menjadikan metode daring dalam pengajaran menjadi sesuatu yang baru. Tidak sedikit dosen belum mengenal media-media seperti *ZOOM*, *Goole Meet*, dan sebagainya yang dapat digunakan sebagai media pengajaran secara daring. Hal ini juga yang menjadi pertimbangan adalah kompleksitas dalam penggunaan media daring tersebut. Tata cara yang rumit dan penggunaan Bahasa, tidak jarang menjadi kendala bagi para dosen yang belum terbiasa dengan istilah-istilah media teknologi. Kendala ini akan membutuhkan waktu proses persiapan yang lebih lama oleh para dosen dan akan membuat inefisiensi proses pengajaran.

Beban kerja para dosen yang mengajar dimana didasarkan oleh Tri Dharma Perguruan Tinggi akan memberikan pengaruh lebih terhadap kinerja dosen apabila ditambah oleh faktor lainnya seperti faktor tingkat stres dalam penggunaan media teknologi pengajaran dengan metode daring. Seperti yang dijelaskan di atas bahwa adopsi teknologi baru dalam pengajaran dengan metode daring akan membutuhkan waktu dan wawasan yang lebih untuk menggunakan ataupun membiasakan diri dalam penggunaannya. Oleh karena itu, semakin rumit media teknologi yang digunakan untuk metode pengajaran daring, maka stres akan semakin mudah terbentuk sehingga dapat dengan mudah memengaruhi kinerja dosen. Apalagi ditambah dengan beban dosen yang cenderung berat akan sangat memengaruhi kinerja dengan hadirnya faktor stres dalam penggunaan media teknologi pengajaran dengan metode daring. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh (Suharti & Susanto, 2014). Selain itu, hasil ini juga mendukung penelitian (Li & Wang, 2020) walaupun dalam penelitian ini ada aspek-aspek

dalam *Technostress* yang tidak memberikan pengaruh terhadap performa kerja. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Christian, Purwanto, & Wibowo (2020) dimana ada hal teknis dalam *Technostress* yang memberikan pengaruh secara langsung.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan di atas, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Workload* berpengaruh terhadap *Technostress* dipengaruhi oleh faktor *workload*. Dengan hasil ini dapat dijelaskan bahwa Hioptesis 1 diterima.
2. *Technostress* berpengaruh terhadap *Performance* dipengaruhi oleh faktor *Technostress*. Dengan hasil ini dapat dijelaskan bahwa Hioptesis 2 diterima.
3. *Performance* dipengaruhi oleh faktor *workload* yang dimediasi faktor *Technostress*. Dengan hasil ini dapat dijelaskan bahwa Hioptesis 3 diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Agbu, J. ., & Simeon, O. . (2011). Technostress in the Age of Information Communication Technology: A Case Study of Distance Education. *Educational Research*, 2(11), 1654–1660.
- Ahmad, U., Amin, S. ., & Ismail, W. K. . (2015). Moderating Effect of Technostress Inhibitors on the Relationship between Technostress Creators and Organisational Commitment. *Jurnal Teknologi (Social Sciences)*, 67(1), 51–62.
- Aliyu, H., Gbaje, E. S., & Lawal, Y. (2016). Strategies of Minimising Technostress among Library Professionals in Ahmadu Bello University Library Zaria. *Samaru Journal of Information Studies*, 16(2), 1–12.
- Ayyagari, R., Grover, V., & Purvis, R. (2011). Technostress: Technological Antecedents and Implications. *MIS Quarterly*, 35(4), 831–858.
- Brillhart, P. (2004). Technostress in the Workplace, Managing stress in the Electronic Workplace. *Journal of American Academy of Business*, 5, 302–308.
- Brivio, E., Gaudio, F., Vergine, I., Mirizzi, C. R., Reina, C., Stellari, A., & Galimberti, C. (2018). Preventing Technostress Through Positive Technology. *Front. Psychol.*, (9), 10.3389/fpsyg.2018.02569.
- Brookhuis, K. ., & De Waard, D. (2001). Assessment of drivers' workload: performance, subjective and physiological indices. *Stress, Workload and Fatigue*, 321–333.
- Carlson, C. N. (2003). Information overload, retrieval strategies and Internet user empowerment. In *The Good, the Bad and the Irrelevant (COST 269)*. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10760/5432>
- Christian, M. (2018). Determinan Niatan Beralih Gunakan Antar Transportasi Daring. *Journal of Business & Applied Management*, 11(2). Retrieved from <https://journal.ubm.ac.id/index.php/busin>

Berdasarkan simpulan ini maka dapat dijelaskan bahwa pergeseran metode mengajar dengan sistem daring dengan suatu media teknologi membutuhkan persiapan khusus bagi para dosen. Ditambah lagi dalam waktu yang serba cepat. Namun demikian, pelatihan atau pertemuan daring dengan para dosen terkait dengan teknis penggunaan media teknologi metode mengajar daring perlu dilakukan. Tahapan demi tahapan dalam proses pengajaran dengan metode daring perlu didemonstrasikan kepada para dosen walupun dengan menggunakan media daring karena keterbatasan kondisi. Hal ini akan memberikan wawasan sekaligus kepercayaan diri bagi para dosen untuk mengajar dengan metode baru. Hal ini juga harus didukung pertimbangan efisiensi dan efektivitas seperti pada aspek manfaat fungsional, sosial dan psikologis dalam peralihan penggunaan teknologi berbasis daring (Christian, 2018).

- ess-applied-
management/article/view/1353/1164
- Christian, M. (2019a). Dampak Penggunaan Teknologi Berbasis Aplikasi Pada Usaha Restoran Berskala Mikro & KECIL. *Journal of Business and Applied Management*, 12(2), 132–198.
- Christian, M. (2019b). Telaah Keniscayaan Iklan Di Kanal Youtube Sebagai Perilaku Khalayak Di Kalangan Milenial (Study The Inevitability of Advertisements on Youtube Channels as Audience Behavior among Millennials). *Bricolage : Jurnal Magister Ilmu Komunikasi*, 5(2), 141–158.
- Christian, M., Purwanto, E., & Wibowo, S. (2020). Technostress Creators on Teaching Performance of Private Universities in Jakarta During Covid-19 Pandemic. *Technology Reports of Kansai University*, 62(06).
- Covid19.go.id. (2020). Peta Sebaran Kasus Per Provinsi. Retrieved September 2, 2020, from <https://covid19.go.id/> website: <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Data Pemantauan Covid-19 DKI Jakarta. (2020). Retrieved July 29, 2020, from jakarta.go.id website: <https://corona.jakarta.go.id/id/data-pemantauan>
- De Haes, S., Van Grembergen, W., & Debreceeny, R. . (2013). COBIT 5 and enterprise governance of information technology: Building blocks and research opportunities. *Journal of Information Systems*, 27(1), 307–324. <https://doi.org/10.2308/isys-50422>
- Dunmade, E. ., Adegoke, J. ., & Agboola, A. . (2014). Assessment of Ergonomic Hazards and Techno-Stress among the Workers of Obafemi Awolowo University, Ile-Ife, Osun State, Nigeria. *Australian Journal of Business and Management Research*, 4(1), 27–34.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, (63), 509–516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Fanni, F., Rega, I., & Cantoni, I. (2013). Using self-efficacy to measure primary school teachers' perception of ICT: results from two studies. *International Journal of Education and Development Using Information and Communication Technology (IJEDICT)*, 9, 100–111.
- Fuglseth, A. M., & Sjørebø, Ø. (2014). The effects of technostress within the context of employee use of ICT. *Computers in Human Behavior*, 40, 161–170. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.07.040>
- Garicano, L., & Heaton, P. (2010). Information technology, organization, and productivity in the public sector: Evidence from police departments. *Journal of Labor Economics*, 28(1), 167–201. <https://doi.org/10.1086/649844>
- Goh, Z. W., Ilies, R., & Wilson, K. S. (2015). Supportive Supervisors Improve Employees' Daily Lives: The Role Supervisors Play in the Impact of Daily Workload on Life Satisfaction via Work-Family Conflict. *Journal of Vocational Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.04.009>
- Hair, J. F., Black, W. C., & Babin, B. J. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Hatlevik, I., & Hatlevik, O. (2018). Examining the Relationship Between Teachers' ICT Self-Efficacy for Educational Purposes, Collegial Collaboration, Lack of Facilitation and the Use of ICT in Teaching Practice. *Original Research*, 9(935), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00935>
- Hauk, N., Goritz, A. S., & Krumm, S. (2019). The mediating role of coping behavior on the age-technostress relationship: A longitudinal multilevel mediation model. *PLOS ONE*, 14(3), 1–22.

- <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213349>
- He, J., & Freeman, J. . (2010). Are men more technology -oriented than women? The role of gender on the development of general computer self-efficacy of college students. *Journal of Applied Computing and Information Technology*, 21(2), 203–213.
- Kofoworola, O. ., & Alayode, A. . (2012). Strategies for Managing Stress for Optimal Job Performance. *Nternational Journal of Psychological Studies*, 4(2), 162–168.
- Leme, A., & Maia, I. (2015). Evaluation of fatigue at work in teachers using modern resources in the classroom. *6th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE 2015) and the Affiliated Conferences, AHFE 2015*, 4852 – 4859. Retrieved from file:///C:/Users/Michael/Downloads/Evaluation_of_Fatigue_at_Work_in_Teachers_using_Mo.pdf
- Leung, G. T. C., Yucel, G., & Duffy, V. G. (2010). The Effects of Virtual Industrial Training on Mental Workload during Task Performance. *Human Factors and Ergonomics in Manufacturing & Service Industries*, 20(6), 567–578.
- Li, L., & Wang, X. (2020). Technostress inhibitors and creators and their impacts on university teachers' work performance in higher education. *Cognition, Technology & Work*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10111-020-00625-0>
- Marchiori, D. M., Mainardes, E. W., & Rodrigues, R. G. (2018). Do Individual Characteristics Influence the Types of Technostress Reported by Workers? *International Journal of Human-Computer Interaction*. <https://doi.org/10.1080/10447318.2018.1449713>
- MediaIndonesia. (2020). Dampak Wabah Covid-19 Bagi Indonesia. Retrieved July 28, 2020, from mediaindonesia.com website: <https://mediaindonesia.com/read/detail/292002-dampak-wabah-covid-19-bagi-indonesia>
- Molen, H. F. v. n der, Kuijer, P. P. F. ., Formanoy, M., Bron, L., Hoozemans, M. J. ., Visser, B., & Frings-Dresen, M. H. . (2010). Evaluation of Three Ergonomic Measures on Productivity, Physical Work Demands, and Workload in Gypsum Bricklayers. *American Journal of Industrial Medicine*, (53), 608–614.
- Okebaram, S. . (2013). Minimizing the Effects of Technostress in Today's Organization. *International Journal of Emerging Technology and Advanced Engineering*, 3(11), 649–658.
- Owajeme, J. ., & Pereware, T. . (2011). Technostress: Effects and Measure among Librarians in Univesity Libraries in Nigeria. *International Journal of Digital Library Systems*, 2(4). <https://doi.org/10.4018/jdls.2011100103>
- Paula, A., & Päivi, P.-K. (2007). Sleep deprivation: Impact on cognitive performance. *Neuropsychiatr Dis Treat*, 3(5), 553–567.
- Pond, T., Webster, B., & Machuca, J. (2012). Allocation of Communications to Reduce Mental Workload. *Procedia Computer Science*, (8), 242 – 248.
- Prytz, E., & Scerbo, M. W. (2014). The Effects of a Workload Transition on Stress over Time. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society 58th Annual Meeting*, 1766–1770.
- Quinn, B. (2000). Overcoming Technostress in Reference Services to Adult Learners. *The Reference Librarian*, 33(69–70), 49–62. https://doi.org/10.1300/J120v33n69_05
- Salanova, M., Gumbau, S. L., & Cifre, E. (2012). The dark side of technologies: Technostress among users of information and communication technologies. *International Journal of Psychology*, 48(3).

- <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.680460>
- Sareen, P. (2019). Techno Stress Creators -An Exploratory Research on Teaching and Non Teaching Staff Working in Colleges. *International Journal of Management and Humanities (IJMH)*, 3(9), 1–7.
- Skeem, D. (2005). Managing Technostress. Retrieved from <http://ww2.hawaii.edu/~%0Adainan/papers/technostress.pdf>
- Smith, A. P., & Smith, H. N. (2017). Workload, Fatigue, and Performance in the Rail Industry. *International Symposium on Human Mental Workload: Models and Applications*, 251–263.
- Suharti, L., & Susanto, A. (2014). The Impact of Workload and Technology Competence on Technostress and Performance of Employees. *Indian Journal of Commerce & Management Studies*, V(2), 1–7.
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, T. ., & Ragu-Nathan, B. . (2011). Crossing to the Dark Side. *Communications of the AC*, 54(9), 113. <https://doi.org/10.1145/1995376.1995403>
- Umar, A., Sale, I., & Yahaya, Y. (2013). Assessing the Relationship between Organizational Commitment, Stressors and Technological Stress in Organizations. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 17(4), 68–74.
- Vasquez, G., Bendell, R., Talone, A., & Jentsch, F. (2019). Exploring the Utility of Subjective Workload Measures for Capturing Dual-Task Resource Loading. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society 2019 Annual Meeting*, 1681–1685.
- Walz, K. (2012). Stress Related Issues Due to Too Much Technology: Effects on Working Professionals. *Johnson & Wales University, Providence, RI*, 1–23. Retrieved from https://scholarsarchive.jwu.edu/mba_student/12/
- Xie, B., & Salvendy, G. (2000). Prediction of mental workload in single and multiple tasks environments. *International Journal of Cognitive Ergonomics*, 4(3), 213–242.

