

BUKTI KORESPONDENSI SYARAT KHUSUS
ARTIKEL JURNAL NASIONAL TERINDEKS SINTA 4

Judul artikel : “Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan”.

Jurnal : Jurnal Ilmiah Kesehatan, Volume 18, no. 1, (2026), Maret: 32 – 42.

Penulis : Juni Chudri, Verawati Sudarma, Fransisca Chondro, Astri Handayani

No.	Perihal	Tanggal
1.	Bukti konfirmasi submit artikel dan artikel yang disubmit	8 Oktober 2025
2.	Bukti konfirmasi review dan hasil review	29 Maret 2026
3.	Bukti konfirmasi submit revisi artikel, respon kepada reviewer, dan artikel yang diresubmit	29 Maret 2026
4.	Bukti konfirmasi publikasi artikel dan artikel yang dipublikasi	30 Maret 2026

1. Bukti konfirmasi submit artikel dan artikel yang disubmit

8 Oktober 2025

3045 / Chudri et al. / Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada

Library

Jurnal Ilmiah Kesehatan



← Back to Submissions

Submission


Review

Copyediting

Production

Submission Files

Search

▶  11856	Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan.doc	October 8, 2025	Article Text
---	---	-----------------	--------------

Download All Files

Pre-Review Discussions

Add discussion

Name	From	Last Reply	Replies	Closed
▶ Comments for the Editor	drjunichudri 2025-10-08 02:52 AM	-	0	<input type="checkbox"/>

Comments for the Editor



Participants [Edit](#)

Nuralam Nuralam (nuralamumht)

Andi Tenri Abeng, SKM., M.Kes. (abengunpar)

Reni Suhelmi (renisuhelmi)

Juni Chudri (drjunichudri)

Messages

Note	From
<p>Selamat Pagi,</p> <p>Berikut saya kirimkan makalah saya berjudul "Hubungan Masa Kerja dan <i>Burnout</i> terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan" untuk dapat direview.</p> <p>Besar harapan saya agar makalah saya dapat dipublish di Jurnal Ilmiah Kesehatan.</p> <p>Terimakasih.</p>	<p>drjunichudri 2025-10-08 02:52 AM</p>

[Add Message](#)

Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan

*Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro³, Astri Handayani⁴

^{1,3,4}Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

Correspondence author: Juni Chudri, drjunichudri@trisakti.ac.id, Jakarta Barat, Indonesia

Abstrak

Depresi adalah gangguan mental umum yang dipengaruhi interaksi kompleks antara faktor sosial, psikologis, dan biologis. Salah satu faktor sosial terkait pekerjaan adalah *burnout* yang timbul dari ketidakmampuan pekerja memenuhi tuntutan kerja. Faktor risiko individu pemicu *burnout* meliputi masa kerja; semakin lama masa kerja, semakin besar paparan terhadap stres dan semakin menumpuk tekanan fisik, yang dapat memicu *burnout*. Penelitian ini melibatkan 150 responden yang dipilih melalui *consecutive sampling*. Data yang diukur adalah masa kerja, *burnout* (menggunakan *Maslach Burnout Inventory* meliputi dimensi Kelelahan Emosional, Depersonalisasi, dan Prestasi Pribadi), serta gejala depresi (menggunakan *DASS-21*). Hasil menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara masa kerja dengan gejala depresi ($p=0,482$) dan dimensi Prestasi Pribadi ($p=0,198$). Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi Kelelahan Emosional dengan gejala depresi ($p=0,038$), serta antara dimensi Depersonalisasi dengan gejala depresi ($p=0,016$).

Kata Kunci: masa kerja, *burnout*, gejala depresi

Abstract

Depression is a common mental disorder influenced by a complex interaction of social, psychological, and biological factors. One social factor related to work is burnout, which arises from an individual's inability to meet job demands. Individual risk factors triggering burnout include length of employment; the longer a person works, the greater the exposure to stress and the accumulation of physical strain, which can lead to burnout. This study involved 150 respondents selected through consecutive sampling. The measured variables included length of employment, burnout (assessed using the Maslach Burnout Inventory covering the dimensions of Emotional Exhaustion, Depersonalization, and Personal Accomplishment), and depressive symptoms (measured using the DASS-21). The results showed no significant relationship between length of employment and depressive symptoms ($p=0.482$) or the Personal Accomplishment dimension ($p=0.198$). Conversely, there was a significant relationship between the Emotional Exhaustion dimension and depressive symptoms ($p=0.038$), as well as between the Depersonalization dimension and depressive symptoms ($p=0.016$).

Keywords: length of service, burnout, depressive symptoms

PENDAHULUAN

Jakarta dan wilayah sekitarnya membentuk aglomerasi Jabodetabekjur, yang terintegrasi secara fungsional meski berbeda administratif, mendukung Jakarta sebagai pusat pertumbuhan ekonomi. Sinkronisasi pembangunan dilakukan melalui perencanaan lintas daerah dan kementerian, termasuk pengelolaan infrastruktur dan lingkungan melalui program Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di tingkat kelurahan (Kompas, 2024; PERGUB DKI Jakarta No. 7, 2017).

PPSU kelurahan menangani sarana dan prasarana publik yang membutuhkan penanganan cepat agar tidak mengganggu masyarakat. Petugas PPSU, diutamakan warga DKI Jakarta berusia ≥ 18 tahun, bekerja dengan kontrak melalui SPK lurah, dan jumlahnya disesuaikan dengan luas wilayah serta kebutuhan kelurahan (PERGUB DKI Jakarta No. 7, 2017; Medeline et al., 2020). Program ini bertujuan mempercepat layanan publik dan meningkatkan kualitas pelayanan masyarakat (Khairunnisa et al., 2019).

Pekerjaan PPSU yang cepat, fleksibel, dan intensif meningkatkan risiko stres psikologis dan depresi. Depresi, gangguan mental dengan suasana hati rendah dan hilangnya minat aktivitas, dipengaruhi oleh faktor sosial, psikologis, dan biologis, serta menjadi penyebab kecacatan global kedua pada 2020 dan diperkirakan pertama pada 2030 (WHO, 2025; Innah et al., 2021; Suryaputri et al., 2022). Petugas PPSU menghadapi tekanan fisik, sosial, dan lingkungan kerja yang berat, dengan tugas bergilir yang meningkatkan risiko burnout (Oza et al., 2022; Aqsha et al., 2021).

Burnout terjadi saat tuntutan kerja melebihi kapasitas adaptasi individu, dipengaruhi oleh beban kerja, masa kerja, usia, pola tidur, dan status gizi (Sutrisno et al., 2024; Naczenski et al., 2017; Sumardiyono et al., 2023). Masa kerja panjang dapat meningkatkan risiko kelelahan, namun belum ada data yang spesifik mengaitkan masa kerja dengan depresi pada petugas PPSU (Utami et al., 2018; Hapsari et al., 2023).

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara masa kerja dan burnout dengan gejala depresi pada petugas PPSU tingkat kelurahan di DKI Jakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah studi kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (cross-sectional) untuk menganalisis hubungan masa kerja dan burnout terhadap gejala depresi pada pekerja kebersihan di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta Barat, pada periode September–Desember 2024. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan wawancara terkait masa kerja.

Responden adalah pekerja kebersihan laki-laki berusia 20–59 tahun yang bersedia menandatangani informed consent, sedangkan individu dengan riwayat gangguan mental dikecualikan. Masa kerja dikategorikan menjadi baru (≤ 5 tahun) dan lama (> 5 tahun).

Burnout diukur dengan Maslach Burnout Inventory (MBI) yang mencakup tiga dimensi: kelelahan emosional (0–16 rendah, 17–26 sedang, ≥ 27 tinggi), depersonalisasi (0–6 rendah, 7–12 sedang, ≥ 13 tinggi), dan prestasi pribadi (0–31 rendah, 32–38 sedang, ≥ 39 tinggi). Kelelahan emosional menunjukkan kelelahan akibat tekanan pekerjaan, depersonalisasi menggambarkan sikap sinis atau penarikan diri, dan prestasi pribadi terkait persepsi keberhasilan diri dalam bekerja.

Gejala depresi diukur menggunakan DASS-21 dengan kategori normal (0–9), ringan (10–13), sedang (14–20), berat (21–27), dan sangat berat (≥ 28).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat, dengan tujuan mempercepat pelayanan sarana dan prasarana publik sehingga pelayanan masyarakat di DKI Jakarta menjadi lebih optimal.

Tabel 1

Distribusi Karakteristik Responden, *Burnout* dan Gejala Depresi

Variable	N (%)
Usia	
- Dewasa Awal (18 – 25 tahun)	7 (4,17%)
- Dewasa Muda (26 – 45 tahun)	110 (65,48%)
- Dewasa Madya (46 – 59 tahun)	51 (30,36%)

Tingkat Pendidikan	
- SD	5 (2,98%)
- SMP	24 (14,29%)
- SMA	81 (48,21%)
- SMK	46 (27,38%)
- STM	4 (2,38%)
- Kejar Paket C	3 (1,79%)
- D3	2 (1,19%)
- S1	3 (1,79%)
Masa Kerja	
- Baru (\leq 5 tahun)	47 (27,98%)
- Lama ($>$ 5 tahun)	121 (72,02%)
Kelelahan Emosional	
- Rendah (0 – 16)	135 (80,36%)
- Sedang (17 – 26)	22 (13,10%)
- Tinggi (\geq 27)	11 (6,55%)
Depersonalisasi/sinisme	
- Rendah (0 – 6)	75 (44,64%)
- Sedang (7 – 12)	28 (16,67%)
- Tinggi (\geq 13)	65 (38,69%)
Prestasi Pribadi	
- Rendah (0 – 31)	146 (86,90%)
- Sedang (32 – 38)	20 (11,90%)
- Tinggi (\geq 39)	2 (1,19%)
Gejala Depresi	
- Normal (0 – 9)	166 (98,81%)
- Ringan (10 – 13)	2 (1,19%)
- Sedang (14 – 20)	0 (0%)
- Berat (21 – 27)	0 (0%)
- Sangat Berat (\geq 28)	0 (0%)

Berdasarkan tabel 1, seluruh responden adalah laki-laki, mayoritas berusia 26–45 tahun (65,48%), sesuai dengan Pergub DKI Jakarta No. 169/2015 yang menekankan tenaga kerja

laki-laki usia produktif karena sifat pekerjaan yang membutuhkan kekuatan fisik. Sebagian besar berpendidikan SMA atau sederajat (79,76%), sejalan dengan data BPS Jakarta Barat 2023 yang menunjukkan pendidikan ini sebagai dominan di wilayah tersebut (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169, 2015; Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat, 2023).

Mayoritas petugas PPSU memiliki masa kerja lebih dari lima tahun (72,02%), mencerminkan stabilitas dan retensi yang baik. Masa kerja menengah (6–11 tahun) berkaitan dengan produktivitas optimal, sementara retensi kerja dipengaruhi oleh kepuasan kerja, penghargaan, dan dukungan sosial (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169, 2015; Gagliardi et al., 2022; Kismono & Suropto, 2022; Syafri et al., 2023; Valentina et al., 2022).

Analisis burnout menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori rendah untuk kelelahan emosional (80,36%), depersonalisasi (44,64%), dan penurunan prestasi pribadi (86,90%). Rendahnya kelelahan emosional disebabkan karakter pekerjaan yang lebih bersifat teknis dan fisik (Pereira et al., 2022), meskipun sebagian pekerja menunjukkan sinisme akibat rutinitas monoton (Paterson et al., 2024) dan perasaan prestasi pribadi rendah karena kurangnya pengakuan dan kesempatan pengembangan (Dyrbye et al., 2019; Renger et al., 2020).

Hampir seluruh responden tidak menunjukkan gejala depresi (98,81%), kemungkinan karena beban emosional kerja yang ringan serta dukungan sosial dan lingkungan kerja yang positif. Faktor seperti rasa bermanfaat bagi masyarakat dan hubungan kerja yang baik berperan sebagai pelindung terhadap stres dan depresi (Abdel-Bakky et al., 2021; Syamlan et al., 2022; Dong et al., 2023).

Tabel 2

Uji Statistik Hubungan Masa kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi

Variabel	Depresi		<i>p-value</i>
	Normal	Depresi	
Masa Kerja			
Baru	46 (98%)	1 (2%)	0,482*
Lama	120 (99%)	1 (1%)	

Burnout

Kelelahan Emosional

- Sedang Tinggi	31 (94%)	2 (6%)	0,038*
- Rendah	135 (100%)	0 (0%)	

Depersonalisasi/sinisme

- Sedang Tinggi	20 (91%)	2 (9%)	0,016*
- Rendah	146 (100%)	0 (0%)	

Prestasi Pribadi

- Sedang Tinggi	93 (100%)	0 (0%)	0,198*
- Rendah	73 (97%)	2 (3%)	

* Uji Fisher

Hubungan Masa Kerja dengan Gejala Depresi

Berdasarkan tabel 2, masa kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat depresi ($p = 0,482$). Baik pekerja dengan masa kerja baru maupun lama memiliki proporsi gejala depresi yang hampir sama, masing-masing 2% dan 1%. Hal ini menunjukkan bahwa lamanya masa kerja bukan faktor utama yang memengaruhi kondisi psikologis petugas PPSU. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gullon-Scott dan Longstaff (2022) pada petugas polisi Inggris yang menunjukkan bahwa pengaruh masa kerja terhadap depresi relatif stabil di berbagai bidang pekerjaan. Namun, Kinasih (2023) melaporkan bahwa masa kerja yang panjang dapat meningkatkan kelelahan kerja yang berpotensi memicu depresi.

Masa kerja mencerminkan durasi hubungan antara pekerja dan instansi, sekaligus menggambarkan tingkat pengalaman serta paparan terhadap stres kerja. Seiring bertambahnya masa kerja, kemampuan adaptasi terhadap tuntutan pekerjaan meningkat, tetapi paparan terhadap beban fisik dan mental juga makin besar (Abdel-Bakky et al., 2021; Edú-Valsania et al., 2022). Pada petugas PPSU, hubungan antara masa kerja dan depresi bersifat dinamis karena setiap fase memiliki tekanan psikologis berbeda. Pekerja baru cenderung menghadapi stres adaptasi akibat kurang pengalaman dan ketidakpastian kontrak, sedangkan pekerja menengah berisiko mengalami burnout karena rutinitas yang monoton dan terbatasnya kesempatan pengembangan karier. Pada masa kerja panjang, risiko depresi bergantung pada faktor kontekstual seperti beban

kerja, dukungan sosial, kontrol tugas, dan strategi koping (Hidayati & Purwandari, 2023). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis pekerja lebih ditentukan oleh kualitas lingkungan kerja, dukungan sosial, serta kesempatan pengembangan diri dibanding lamanya masa kerja semata.

Hubungan Dimensi Kelelahan Emosional dengan Gejala Depresi

Pada tabel 2 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kelelahan emosional dan gejala depresi ($p = 0,038$). Pekerja dengan tingkat kelelahan emosional sedang hingga tinggi lebih berisiko mengalami depresi akibat akumulasi tekanan psikologis yang berulang. Kelelahan emosional, sebagai komponen utama burnout, ditandai oleh rasa jenuh, kehilangan energi, dan penurunan kemampuan beradaptasi (Edú-Valsania et al., 2022). Faktor psikososial seperti kurangnya penghargaan, minimnya kesempatan pengembangan diri, dan ekspektasi sosial yang tinggi turut memperberat tekanan emosional.

Ketika dukungan organisasi rendah dan tuntutan kerja tinggi, risiko depresi meningkat secara signifikan. Meta-analisis menunjukkan adanya korelasi kuat antara burnout dan depresi, khususnya pada dimensi kelelahan emosional ($r \approx 0,546$) (Meier & Kim, 2021; Chaves-Montero et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan intervensi preventif melalui peningkatan dukungan sosial, penyediaan layanan konseling, pelatihan manajemen stres, serta penguatan resiliensi individu dengan pendekatan *mindfulness* dan *cognitive reappraisal*. Strategi ini diharapkan dapat menekan tingkat kelelahan emosional, menurunkan risiko depresi, serta meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas petugas PPSU (Wu et al., 2025).

Hubungan Dimensi Depersonalisasi dengan Gejala Depresi

Berdasarkan data pada tabel 2, terdapat hubungan yang signifikan antara depersonalisasi dan gejala depresi ($p = 0,016$), menunjukkan bahwa peningkatan tingkat depersonalisasi berkorelasi dengan meningkatnya risiko munculnya gejala depresi. Pekerja yang mengalami depersonalisasi pada tingkat sedang hingga tinggi cenderung lebih mudah mengalami gangguan psikologis tersebut. Depersonalisasi, yang ditandai dengan sikap sinis, penarikan diri secara emosional, serta berkurangnya empati terhadap pekerjaan dan rekan kerja, berpotensi memperburuk kesejahteraan mental individu (Edú-Valsania et al., 2022).

Michal dan rekan (2024) menjelaskan bahwa depersonalisasi meningkatkan kerentanan terhadap depresi karena individu merasa kehilangan makna dalam pekerjaan serta menggunakan strategi regulasi emosi yang tidak efektif. Dalam konteks petugas PPSU, depersonalisasi menjadi salah satu dimensi penting dari burnout yang muncul akibat tekanan kerja tinggi, rutinitas monoton, serta tuntutan sosial dan emosional dari masyarakat (Koutsimani et al., 2019). Kondisi kerja semacam ini dapat menyebabkan pekerja merasa terasing, kehilangan motivasi, dan berkurangnya kepuasan kerja, yang pada akhirnya memicu gejala depresi.

Petugas dengan tingkat depersonalisasi sedang hingga tinggi lebih rentan mengalami penurunan hubungan sosial dan keterikatan terhadap pekerjaan. Faktor lingkungan seperti beban fisik berat, kondisi kerja yang keras, serta ketidakpastian status kontrak memperburuk situasi ini. Ketika pekerja merasa kurang dihargai atau tidak memperoleh dukungan emosional, tingkat depersonalisasi cenderung meningkat, yang kemudian memperparah kondisi psikologis.

Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang menitikberatkan pada penguatan dukungan sosial di tempat kerja, pelatihan pengelolaan emosi, serta penyediaan layanan konseling dan program peningkatan resiliensi. Pendekatan ini diharapkan mampu membantu petugas PPSU menjaga keseimbangan emosional, meningkatkan keterikatan terhadap pekerjaan, serta mengurangi risiko munculnya gejala depresi yang berkaitan dengan depersonalisasi dan tekanan kerja jangka panjang.

Hubungan Dimensi Prestasi Pribadi dengan Gejala Depresi

Berbeda dengan dua dimensi burnout lainnya, data tabel 2 menunjukkan penurunan prestasi pribadi tidak berhubungan signifikan dengan gejala depresi ($p = 0,198$). Artinya, perasaan kurang berhasil atau menilai diri negatif tidak selalu menyebabkan depresi karena faktor psikologis lain lebih berpengaruh. Pada petugas PPSU, prestasi pribadi rendah biasanya disebabkan oleh beban kerja tinggi, rutinitas monoton, dan kurangnya pengakuan. Namun, dukungan sosial, penghargaan, dan strategi koping adaptif dapat melindungi individu dari depresi meski motivasi dan keterlibatan kerja menurun (Salmela-Aro & Upadyaya, 2018).

Dukungan sosial dari rekan kerja, atasan, maupun keluarga berfungsi sebagai pelindung terhadap stres dengan memberikan bantuan emosional dan umpan balik positif yang

membantu individu menilai ulang kegagalan tanpa merusak harga diri (Salvagioni et al., 2017). Dukungan tersebut menumbuhkan rasa dihargai dan diterima, sehingga mengurangi kemungkinan munculnya depresi. Dalam konteks pekerja PPSU, bentuk dukungan sosial dan penghargaan baik formal maupun informal dari organisasi dan masyarakat dapat meningkatkan motivasi serta memperkuat persepsi positif terhadap diri dan hasil kerja (Chaves-Montero et al., 2025).

Resiliensi dan coping adaptif, seperti problem-focused coping, regulasi emosi, dan pencarian dukungan sosial, membantu individu menghadapi tekanan kerja. Orang dengan resiliensi tinggi melihat kegagalan sebagai pengalaman sementara, sehingga terhindar dari pola pikir negatif yang memicu depresi. Penelitian Di Trani et al. (2021) menunjukkan resiliensi berkaitan negatif dengan depresi dan dapat meningkatkan persepsi prestasi pribadi, mendukung pemulihan dari tekanan kerja dan kesejahteraan psikologis.

SIMPULAN

Pada penelitian ini semua responden berjenis kelamin laki – laki. Sebagian besar responden tergolong dewasa muda, berpendidikan mayoritas SMA dan memiliki masa kerja lebih dari lima tahun, mencerminkan stabilitas dan retensi kerja yang baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas petugas PPSU di Kecamatan Cengkareng memiliki tingkat *burnout* dan gejala depresi yang relatif rendah. Hasil analisis mengindikasikan bahwa dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi pada petugas PPSU, sedangkan dimensi penurunan prestasi pribadi tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Adanya faktor protektif seperti dukungan sosial, penghargaan atas kinerja, resiliensi, serta kemampuan coping adaptif berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis individu dan menurunkan dampak negatif dari stres kerja kronis.

REFERENSI

- Abdel-Bakky, M., Amin, E., Faris, T., & Abdellatif, A. (2021). Mental depression: Relation to different disease status, newer treatments and its association with COVID-19 pandemic (Review). *Molecular Medicine Reports*, 24(6). <https://doi.org/10.3892/mmr.2021.12479>.
- Aisyah, St., Fachrin, S. A., Haeruddin, H., & Rahman, I. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Petugas Kebersihan Di Rumah Sakit Dr. Tadjuddin Chalid Kota Makassar. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 256–265. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.185>.
- Aqsha, N.M., Pristya, T.Y.R., Maharani, F.T., & Utari, D. (2021). Determinan Kejadian Kecelakaan Kerja Pada Petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU). *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(4), 155–155. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v8i4.3010>.
- Bendassolli, P. F. (2024). Work and depression: A meaning-making perspective. *Culture & Psychology*. <https://doi.org/10.1177/1354067x241226452>.
- Chaves-Montero, A., Blanco-Miguel, P., & Belén Ríos-Vizcaíno. (2025). Analysis of the Predictors and Consequential Factors of Emotional Exhaustion Among Social Workers: A Systematic Review. *Healthcare*, 13(5), 552–552. <https://doi.org/10.3390/healthcare13050552>.
- Di Trani, M., Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., & Frigo, M. G. (2021). From Resilience to *Burnout* in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>.
- Dong, Y., Zhu, Q., Chang, R., Wang, R., Cai, Y., & Huang, H. (2023). Association between work stress and mental health in Chinese public health workers during the COVID-19 epidemic: mediating role of social support and self-efficacy. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1236645>.
- Dyrbye, L. N., West, C. P., Johnson, P. O., Cipriano, P. F., Beatty, D. E., Peterson, C., Major-Elechi, B., & Shanafelt, T. (2019). *Burnout* and Satisfaction With Work–Life Integration Among Nurses. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 61(8), 689–698. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001637>.

- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). *Burnout: A review of theory and measurement. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(3), 1–27. NCBI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>.
- Gagliardi, N., Grinza, E., & Rycx, F. (2022). Workers' tenure and firm productivity: New evidence from matched employer-employee panel data. *Industrial Relations: A Journal of Economy and Society, 62*(1). <https://doi.org/10.1111/irel.12309>.
- Goodman, R. J., Samek, D. R., Wilson, S., Iacono, W. G., & McGue, M. (2018). Close relationships and depression: A developmental cascade approach. *Development and Psychopathology, 31*(04), 1451–1465. <https://doi.org/10.1017/s0954579418001037>.
- Gullon-Scott, P., & Longstaff, L. (2022). The prevalence of depression, anxiety, stress and their relationship to length of service in the UK police force. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles, 97*(1), 0032258X2211408. <https://doi.org/10.1177/0032258x221140813>.
- Hapsari, K. V., Lestantyo, D., & Ekawati, E. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental, Usia, dan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai Kantor Bea Cukai Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 11*(4), 385 - 398. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i4.40514>.
- Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling, 13*(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>.
- Innah, M., Muhammad Khidri Alwi, Fatmah Afrianty Gobel, & Abbas, H. H. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Penjahit Pasar Sentral Bulukumba. *Window of Public Health Journal, 471–481*. <https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.160>.
- Khairunnisa, C., Yasin, Y., & Irawaty. (2019). ANALISIS KINERJA PETUGAS PPSU DALAM MENGOPTIMALKAN PELAYANAN KEPADA MASYARAKAT DI KELURAHAN BALEKAMBANG. *Administratie: Jurnal Administrasi Publik (AJAP), 2*(1), 22–29. <https://ojs.unida.ac.id/AJAP/article/view/2369>.
- Kinasih, R.W., Kurniawan, B., Ekawati. (2023). Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja Subektif pada Petugas Kebersihan

Kabupaten Banjarnegara. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 22(4), 223–227. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.4.223-227> .

- Kismono, G., & Surtiyo, B. (2022). Career Management and Employees Retention in Professional Service Organizations: An Empirical Study from Indonesia. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 9(8), 169–181. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2022.VOL9.NO8.0169>.
- Kompas, T. H. (2024, April 24). *Menjadi Kota Global, Jakarta Wajib Penuhi Parameter Ekonomi Mapan Tingkat Dunia*. Kompas.id. <https://www.kompas.id/artikel/jakarta-menggapai-kota-global>.
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The Relationship Between *Burnout*, Depression, and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(284). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>.
- Medeline, A., Suwondo, A., & Jayanti, S. (2020). Perbedaan Kelelahan Kerja pada Penanganan Prasarana dan Sarana Umum dengan Karakteristik Lingkungan yang Berbeda. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 19(2), 152–157. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.2.152-157>.
- Meier, S. T., & Kim, S. (2021). Meta-regression analyses of relationships between *burnout* and depression with sampling and measurement methodological moderators. *Journal of Occupational Health Psychology*. <https://doi.org/10.1037/ocp0000273>.
- Michal, M., Jörg Wiltink, Tibubos, A. N., Wild, P. S., Münzel, T., Lackner, K., Pfeiffer, N., Jochem König, Gieswinkel, A., Beutel, M., & Jasmin Ghaemi Kerahrodi. (2024). Impact of depersonalization on the course of depression: longitudinal observations from the gutenbergs health study. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05658-7>.
- Naczenski, L. M., de Vries, J. D., van Hooff, M. L. M., & Kompier, M. A. J. (2017). Systematic review of the association between physical activity and *burnout*. *Journal of Occupational Health*, 59(6), 477–494. <https://doi.org/10.1539/joh.17-0050-ra>.
- Oza, H. H., Lee, M. G., Boisson, S., Pega, F., Medlicott, K., & Clasen, T. (2022). Occupational health outcomes among sanitation workers: A systematic review

- and meta-analysis. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 240, 113907. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2021.113907>.
- Paterson, C., Davis, D., Roberts, C., Bail, K., Wallis, E., Northam, H. L., Frost, J., Jojo, N., McGrory, C., A. Dombkins, & Kavanagh, P. S. (2024). Sense of coherence moderates job demand-resources and impact on *burnout* among nurses and midwives in the context of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey. *Journal of Advanced Nursing*. <https://doi.org/10.1111/jan.16125>.
- Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). *Burnout* and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 122 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/59537>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015. (2015). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/229959/pegub-prov-dki-jakarta-no-169-tahun-2015>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 6 Tahun 2016. (2016). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/21690>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/61133>.
- Remes, O., Mendes, J. F., & Templeton, P. (2021). Biological, psychological, and social determinants of depression: A review of recent literature. *Brain Sciences*, 11(12), 1–33. <https://doi.org/10.3390/brainsci11121633>.
- Renger, D., Miché, M., & Casini, A. (2020). Professional Recognition at Work. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*, 62(3), 202–209. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001782>.
- Ryan, E., Hore, K., Power, J., & Jackson, T. (2023). The relationship between physician *burnout* and depression, anxiety, suicidality and substance abuse: A mixed methods systematic review. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1133484>.
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2018). Role of demands-resources in work engagement and *burnout* in different career stages. *Journal of Vocational Behavior*, 108, 190–200. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.08.002>.

- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. de. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job *burnout*: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, *12*(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>.
- Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat 2023. (2023). Badan Pusat Statistik Kota Administrasi Jakarta Barat. https://barat.jakarta.go.id/batik/storage/layanan/astik/statistik/Statistik_Kesejahteraan_Rakyat_Kota_Administrasi_Jakarta_Barat_2023.pdf.
- Sumardiyono, S., Rochmah, S.C., & Rinawati, S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penyapu Jalan Di Kota Surakarta. *Journal of Applied Agriculture Health and Technology*, *2*(1), 34–42. <https://doi.org/10.20961/jaht.v2i1.594>.
- Suryaputri, I. Y., Mubasyiroh, R., Idaiani, S., & Indrawati, L. (2022). Determinants of Depression in Indonesian Youth: Findings From a Community-based Survey. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, *55*(1), 88–97. <https://doi.org/10.3961/jpmp.21.113>.
- Sutrisno, S., Soesanto, E., Indanah, I., Yulisetyaningrum, Y., & Faiqh Albyn, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan *Burnout* Pada Pekerja Lepas Pantai (Offshore). *Medical : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, *1*(1), 47–61. <https://doi.org/10.69836/medical-jkk.v1i1.82>.
- Syafri, M., Ginting, J. V. B., Feriyadin, Darwis, & Budiarto, B. W. (2023). The Influence Of Job Satisfaction, Career Development And Teamwork On Employee Retention In Government-Owned Cultural Destinations. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)*, *9*(6), 2531-2536. <https://doi.org/10.35870/jemsi.v9i6.1654>.
- Syamlan, A. T., Salamah, S., Alkaff, F. F., Prayudi, Y. E., Kamil, M., Irzaldy, A., Karimah, A., Postma, M. J., Purba, F. D., & Arifin, B. (2022). Mental health and health-related quality of life among healthcare workers in Indonesia during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, *12*(4), e057963. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057963>.
- Utami, N. N., Riyanto, R., Evendi, A. (2018). Hubungan Antara Usia dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Industri Rumah Tangga Peleburan

Alumunium di Desa Eretan Kulon Kabupaten Indramayu. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 69–71. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v3i2.20>.

Valentina, A., Rahman, A., Mawar, M., & Amalia, T. (2022). Pengaruh Motivasi Terhadap Kinerja Petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum di Kelurahan Lebak Bulus. *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)*, 4(1), 15–34. <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i1.16345>.

World Health Organization. (2025, August 29). *Depressive disorder (depression)*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.

Wu, Y., Ban, Y., Pan, G., Yao, M., Liu, L., Chen, T., & Wu, H. (2025). Effects of online mindfulness-based stress reduction training on depression and anxiety symptoms among psychiatric healthcare workers in a randomized controlled trial: the mediating role of emotional suppression. *BMC Psychiatry*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06967-1>.

2. Bukti konfirmasi review dan hasil review

29 Maret 2025

3045 / Chudri et al. / Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada

Library

Workflow

Publication

Jurnal Ilmiah Kesehatan



← Back to Submissions

Round 1

Round 1 Status

Submission accepted.

Review Discussions

Add discussion

Name	From	Last Reply	Replies	Closed
Review Artikel	ojs_thamrin 2026-03-29 02:13 AM	drjunichudri 2026-03-29 07:52 AM	1	<input checked="" type="checkbox"/>

Review Artikel



Participants

ojs_thamrin (ojs_thamrin)

Juni Chudri (drjunichudri)

Messages

Note	From
To Author;	ojs_thamrin
Berikut ini adalah beberapa masukan dari Reviewer yang harus Anda perbaiki	2026-03-29 02:13 AM
1. JUDUL	
Tidak ada yang perlu di revisi	
2. ABSTRAK	
Perlu revisi:	
<ul style="list-style-type: none">• Tambahkan desain penelitian → <i>cross-sectional</i>• Tambahkan uji statistik → <i>uji Fisher</i>• Tambahkan jumlah sampel → ($n=150$)• Ringkas kalimat (kurangi narasi penjelasan panjang)• Pastikan hasil hanya fokus angka utama (p-value saja cukup)	
3. PENDAHULUAN	
Perlu revisi:	
<ul style="list-style-type: none">• Ringkas bagian Jabodetabek (terlalu panjang & kurang relevan langsung)• Perjelas <i>research gap</i> (kenapa penelitian ini penting)• Samakan objek penelitian (PPSU vs pekerja kebersihan FK)• Kurangi kalimat deskriptif umum → fokus ke variabel penelitian• Tambahkan justifikasi kenapa masa kerja dipilih sebagai variabel	
4. METODE PENELITIAN	

4. METODE PENELITIAN

Perlu revisi:

- Samakan lokasi & populasi dengan pendahuluan
- Tambahkan:
 - desain penelitian (cross-sectional)
 - teknik sampling (consecutive sampling → jelaskan)
- Tambahkan analisis statistik:
 - jenis uji (Fisher/Chi-square)
 - tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$)
- Tambahkan:
 - uji validitas & reliabilitas (MBI, DASS-21)
 - ethical clearance / izin etik
- Jelaskan prosedur pengumpulan data lebih detail

5. HASIL

Perlu revisi (KRITIS):

- Perbaiki jumlah data:
 - total responden 150 tapi tabel menunjukkan 166
- Perbaiki persentase (harus total = 100%)
- Pastikan:
 - N konsisten di semua variabel
- Rapikan format tabel (spasi, simbol \geq , dll)
- Hindari interpretasi di bagian hasil (cukup deskriptif)

6. PEMBAHASAN A. Masa Kerja vs Depresi

- Ringkas pembahasan (terlalu panjang)
- Kurangi teori umum yang tidak langsung terkait hasil
- Fokus ke interpretasi hasil penelitian sendiri

B. Kelelahan Emosional

- Tambahkan interpretasi lebih spesifik dari data (tidak hanya teori)
- Bisa tambahkan kekuatan hubungan (jika ada)

C. Depersonalisasi

- Sudah cukup baik
- Ringkas sedikit (hindari pengulangan ide)

D. Prestasi Pribadi

- N konsisten di semua variabel
- Rapikan format tabel (spasi, simbol \geq , dll)
- Hindari interpretasi di bagian hasil (cukup deskriptif)

6. PEMBAHASAN A. Masa Kerja vs Depresi

- Ringkas pembahasan (terlalu panjang)
- Kurangi teori umum yang tidak langsung terkait hasil
- Fokus ke interpretasi hasil penelitian sendiri

B. Kelelahan Emosional

- Tambahkan interpretasi lebih spesifik dari data (tidak hanya teori)
- Bisa tambahkan kekuatan hubungan (jika ada)

C. Depersonalisasi

- Sudah cukup baik
- Ringkas sedikit (hindari pengulangan ide)

D. Prestasi Pribadi

- Tambahkan alternatif penjelasan kenapa tidak signifikan
- Jangan terlalu defensif (cukup interpretasi ilmiah)

Umum pembahasan:

- Hindari pengulangan antar paragraf
- Gunakan pola:
 - hasil → bandingkan → interpretasi

7. SIMPULAN

Tidak ada yang perlu direvisi

▶ Dear Editor,

Berikut saya kirimkan kembali revisi artikel kami berjudul "**Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan**"

semoga dapat diterima dengan baik.

📎 [rev_Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan.doc](#)

drjunichudri

2026-03-29

07:52 AM

Add Message

3. Bukti konfirmasi submit revisi artikel, respon kepada reviewer, dan artikel yang diresubmit

29 Maret 2025

- N konsisten di semua variabel
- Rapikan format tabel (spasi, simbol \geq , dll)
- Hindari interpretasi di bagian hasil (cukup deskriptif)

6. PEMBAHASAN A. Masa Kerja vs Depresi

- Ringkas pembahasan (terlalu panjang)
- Kurangi teori umum yang tidak langsung terkait hasil
- Fokus ke interpretasi hasil penelitian sendiri

B. Kelelahan Emosional

- Tambahkan interpretasi lebih spesifik dari data (tidak hanya teori)
- Bisa tambahkan kekuatan hubungan (jika ada)

C. Depersonalisasi

- Sudah cukup baik
- Ringkas sedikit (hindari pengulangan ide)

D. Prestasi Pribadi

- Tambahkan alternatif penjelasan kenapa tidak signifikan
- Jangan terlalu defensif (cukup interpretasi ilmiah)

Umum pembahasan:

- Hindari pengulangan antar paragraf
- Gunakan pola:
 - hasil → bandingkan → interpretasi

7. SIMPULAN

Tidak ada yang perlu direvisi

▶ Dear Editor,

Berikut saya kirimkan kembali revisi artikel kami berjudul "**Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan**"

semoga dapat diterima dengan baik.

📎 [rev_Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan.doc](#)

drjunichudri

2026-03-29

07:52 AM

Add Message

Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan

*Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro³, Astri Handayani⁴

^{1,3,4}Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

Correspondence author: Juni Chudri, drjunichudri@trisakti.ac.id, Jakarta Barat, Indonesia

Abstrak

Depresi merupakan gangguan mental yang dipengaruhi oleh faktor sosial, psikologis, dan biologis. Salah satu faktor sosial terkait pekerjaan adalah burnout, yang dapat dipicu oleh masa kerja. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan jumlah sampel ($n=168$) yang dipilih secara *consecutive sampling*. Variabel yang diukur meliputi masa kerja, burnout (*Maslach Burnout Inventory*: kelelahan emosional, depersonalisasi, prestasi pribadi), dan gejala depresi (*DASS-21*). Analisis menggunakan uji Fisher menunjukkan tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan gejala depresi ($p=0,482$) maupun prestasi pribadi ($p=0,198$). Sebaliknya, terdapat hubungan antara kelelahan emosional dengan gejala depresi ($p=0,038$) serta antara depersonalisasi dengan gejala depresi ($p=0,016$).

Kata Kunci: masa kerja, burnout, gejala depresi

Abstract

Depression is a mental disorder influenced by social, psychological, and biological factors. One work-related social factor is burnout, which may be triggered by length of employment. This study used a *cross-sectional* design with a total sample of ($n=168$) selected through consecutive sampling. The variables measured included length of employment, burnout (*Maslach Burnout Inventory*: emotional exhaustion, depersonalization, personal accomplishment), and depressive symptoms (*DASS-21*). Analysis using the Fisher test showed no association between length of employment and depressive symptoms ($p=0.482$) or personal accomplishment ($p=0.198$). In contrast, there was an association between emotional exhaustion and depressive symptoms ($p=0.038$), as well as between depersonalization and depressive symptoms ($p=0.016$).

Keywords: length of employment, burnout, depressive symptoms

PENDAHULUAN

Program Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) merupakan upaya Pemerintah Provinsi DKI Jakarta dalam meningkatkan kualitas layanan publik di tingkat kelurahan melalui penanganan cepat terhadap permasalahan infrastruktur dan lingkungan (PERGUB DKI Jakarta No. 7, 2017). Petugas PPSU bekerja secara intensif dengan tuntutan pekerjaan yang cepat, fleksibel, dan berisiko tinggi terhadap beban fisik maupun psikologis (Medeline et al., 2020).

Tingginya tuntutan kerja tersebut berpotensi menimbulkan burnout dan meningkatkan risiko depresi, yang merupakan gangguan mental dengan prevalensi tinggi serta berdampak besar terhadap produktivitas dan kualitas hidup (WHO, 2025). Burnout diketahui berkaitan dengan kondisi kerja yang berat, sedangkan depresi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor pekerjaan (Naczenski et al., 2017).

Salah satu faktor yang diduga berperan adalah masa kerja, karena semakin lama individu terpapar tuntutan kerja, semakin besar akumulasi stres yang dapat memicu burnout dan berkontribusi terhadap gejala depresi (Sutrisno et al., 2024; Sumardiyono et al., 2023). Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara masa kerja, burnout, dan depresi pada petugas PPSU masih terbatas, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut (Hapsari et al., 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara masa kerja dan burnout dengan gejala depresi pada petugas PPSU tingkat kelurahan di DKI Jakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (cross-sectional) yang bertujuan untuk menganalisis hubungan masa kerja dan burnout terhadap gejala depresi pada pekerja Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 168 responden (n=168) yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling, yaitu seluruh subjek yang memenuhi kriteria inklusi diambil secara berurutan hingga jumlah sampel terpenuhi. Pengambilan data dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta Barat, pada periode September–Desember 2024.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Riset Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti dengan nomor 131/KER/FK/08/2024.

Responden dalam penelitian ini adalah pekerja kebersihan laki-laki berusia 20–59 tahun yang bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi individu dengan riwayat gangguan mental yang telah terdiagnosis sebelumnya. Variabel masa kerja dikategorikan menjadi masa kerja baru (≤ 5 tahun) dan lama (> 5 tahun). Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner terstruktur yang diisi secara mandiri oleh responden, serta wawancara singkat untuk memastikan keakuratan data terkait masa kerja.

Burnout diukur menggunakan Maslach Burnout Inventory (MBI) yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas pada penelitian sebelumnya, dengan tiga dimensi penilaian yaitu kelelahan emosional (0–16 rendah, 17–26 sedang, ≥ 27 tinggi), depersonalisasi (0–6 rendah, 7–12 sedang, ≥ 13 tinggi), dan prestasi pribadi (0–31 rendah, 32–38 sedang, ≥ 39 tinggi). Gejala depresi diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) yang juga telah terbukti valid dan reliabel, dengan kategori normal (0–9), ringan (10–13), sedang (14–20), berat (21–27), dan sangat berat (≥ 28).

Analisis data dilakukan secara bivariat untuk menilai hubungan antara variabel menggunakan uji Fisher's Exact dengan tingkat signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat, dengan tujuan mempercepat pelayanan sarana dan prasarana publik sehingga pelayanan masyarakat di DKI Jakarta menjadi lebih optimal.

Tabel 1
Distribusi Karakteristik Responden, *Burnout* dan Gejala Depresi

Variable	N (%)
Usia	
- Dewasa Awal (18–25 tahun)	7 (4,17%)
- Dewasa Muda (26–45 tahun)	110 (65,48%)
- Dewasa Madya (46–59 tahun)	51 (30,35%)

Tingkat Pendidikan	
- SD	5 (2,98%)
- SMP	24 (14,28%)
- SMA	81 (48,21%)
- SMK	46 (27,38%)
- STM	4 (2,38%)
- Kejar Paket C	3 (1,79%)
- D3	2 (1,19%)
- S1	3 (1,79%)
Masa Kerja	
- Baru (≤ 5 tahun)	47 (27,98%)
- Lama (> 5 tahun)	121 (72,02%)
Kelelahan Emosional	
- Rendah (0–16)	135 (80,36%)
- Sedang (17–26)	22 (13,09%)
- Tinggi (≥ 27)	11 (6,55%)
Depersonalisasi/sinisme	
- Rendah (0–6)	146 (86,90%)
- Sedang (7–12)	20 (11,91%)
- Tinggi (≥ 13)	2 (1,19%)
Prestasi Pribadi	
- Rendah (0–31)	75 (44,64%)
- Sedang (32–38)	28 (16,67%)
- Tinggi (≥ 39)	65 (38,69%)
Gejala Depresi	
- Normal (0–9)	166 (98,81%)
- Ringan (10–13)	2 (1,19%)
- Sedang (14–20)	0 (0%)
- Berat (21–27)	0 (0%)
- Sangat Berat (≥ 28)	0 (0%)

Berdasarkan tabel 1, seluruh responden adalah laki-laki, mayoritas berusia 26–45 tahun (65,48%), sesuai dengan Pergub DKI Jakarta No.169/2015 yang menekankan tenaga kerja

laki-laki usia produktif karena sifat pekerjaan yang membutuhkan kekuatan fisik. Sebagian besar berpendidikan SMA atau sederajat (SMK, STM, kejar paket C) sebesar 134 responden (79,76%), sejalan dengan data BPS Jakarta Barat 2023 yang menunjukkan pendidikan ini sebagai dominan di wilayah tersebut (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169, 2015; Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat, 2023).

Mayoritas petugas PPSU memiliki masa kerja lebih dari lima tahun (72,02%), mencerminkan stabilitas dan retensi yang baik. Masa kerja menengah (6–11 tahun) berkaitan dengan produktivitas optimal, sementara retensi kerja dipengaruhi oleh kepuasan kerja, penghargaan, dan dukungan sosial (Kismono & Suripto, 2022; Syafri et al., 2023; Valentina et al., 2022).

Analisis burnout menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori rendah untuk kelelahan emosional (80,36%), depersonalisasi (86,90%), dan penurunan prestasi pribadi (44,64%). Rendahnya kelelahan emosional disebabkan karakter pekerjaan yang lebih bersifat teknis dan fisik (Pereira et al., 2022), didukung dengan rendahnya tingkat depersonalisasi/sinisme mengindikasikan bahwa meskipun pekerjaan bersifat fisik, pekerja PPSU tidak mengalami sinisme atau asuh terhadap pekerjaannya. sebagian pekerja menunjukkan sinisme akibat rutinitas monoton (Lee et al., 2022) dan perasaan prestasi pribadi rendah karena kurangnya pengakuan dan kesempatan pengembangan (Dyrbye et al., 2019; Renger et al., 2020).

Hampir seluruh responden tidak menunjukkan gejala depresi (98,81%), kemungkinan karena beban emosional kerja yang ringan serta dukungan sosial dan lingkungan kerja yang positif. Faktor seperti rasa bermanfaat bagi masyarakat dan hubungan kerja yang baik berperan sebagai pelindung terhadap stres dan depresi (Abdel-Bakky et al., 2021; Syamlan et al., 2022; Dong et al., 2023).

Tabel 2

Uji Statistik Hubungan Masa kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi

Variabel	Depresi		<i>p-value</i>
	Normal	Depresi	
Masa Kerja			
Baru	46 (98%)	1 (2%)	0,482*
Lama	120 (99%)	1 (1%)	
<i>Burnout</i>			
Kelelahan Emosional			
- Sedang Tinggi	31 (94%)	2 (6%)	0,038*
- Rendah	135 (100%)	0 (0%)	
Depersonalisasi/sinisme			
- Sedang Tinggi	20 (91%)	2 (9%)	0,016*
- Rendah	146 (100%)	0 (0%)	
Prestasi Pribadi			
- Sedang Tinggi	93 (100%)	0 (0%)	0,198*
- Rendah	73 (97%)	2 (3%)	

* Uji *Fisher***Hubungan Masa Kerja dengan Gejala Depresi**

Berdasarkan Tabel 2, masa kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat depresi ($p=0,482$), dengan proporsi depresi yang hampir sama pada pekerja baru (2%) dan lama (1%). Hal ini menunjukkan bahwa lamanya masa kerja bukan faktor utama yang memengaruhi kondisi psikologis petugas PPSU.

Temuan ini mengindikasikan bahwa risiko depresi tidak secara langsung meningkat seiring masa kerja, melainkan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti beban kerja, kondisi lingkungan kerja, dan dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa hubungan masa kerja dengan kesehatan mental bersifat tidak konsisten dan dipengaruhi oleh faktor psikososial (Edú-Valsania et al., 2022; Harvey et al., 2017).

Meskipun masa kerja mencerminkan pengalaman dan paparan terhadap stres kerja, pengaruhnya terhadap depresi bersifat dinamis pada setiap fase kerja. Oleh karena itu,

kesejahteraan psikologis pekerja lebih ditentukan oleh kualitas lingkungan kerja dan dukungan sosial dibanding lamanya masa kerja (Abdel-Bakky et al., 2021; Hidayati & Purwandari, 2023).

Hubungan Dimensi Kelelahan Emosional dengan Gejala Depresi

Berdasarkan Tabel 2, terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan emosional dan gejala depresi ($p=0,038$). Secara deskriptif, seluruh kasus depresi (6%) hanya ditemukan pada kelompok dengan kelelahan emosional sedang–tinggi (2 dari 33 responden), sedangkan pada kelompok kelelahan emosional rendah tidak ditemukan kasus depresi (0%). Hal ini menunjukkan bahwa depresi hanya muncul pada responden dengan tingkat kelelahan emosional yang lebih tinggi.

Temuan ini menegaskan bahwa kelelahan emosional merupakan faktor yang berperan penting terhadap munculnya gejala depresi pada pekerja PPSU. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa kelelahan emosional merupakan dimensi burnout yang paling berkaitan dengan depresi, dengan kekuatan korelasi sedang hingga kuat ($r\approx 0,546$) (Meier & Kim, 2021; Edú-Valsania et al., 2022).

Dengan demikian, peningkatan kelelahan emosional pada pekerja perlu menjadi perhatian, karena berpotensi meningkatkan risiko depresi. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada pengelolaan kelelahan emosional, seperti peningkatan dukungan kerja dan manajemen stres, penting untuk menjaga kesehatan mental pekerja (Chaves-Montero et al., 2025; Wu et al., 2025).

Hubungan Dimensi Depersonalisasi dengan Gejala Depresi

Berdasarkan Tabel 2, terdapat hubungan yang signifikan antara depersonalisasi dan gejala depresi ($p=0,016$). Secara deskriptif, seluruh kasus depresi (9%) hanya ditemukan pada kelompok dengan depersonalisasi sedang–tinggi (2 dari 22 responden), sedangkan pada kelompok depersonalisasi rendah tidak ditemukan kasus depresi (0%). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat depersonalisasi berkaitan dengan munculnya gejala depresi.

Depersonalisasi, yang ditandai dengan sikap sinis, penarikan diri emosional, dan berkurangnya empati, dapat menurunkan keterikatan individu terhadap pekerjaan dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis (Edú-Valsania et al., 2022).

Kondisi ini diperkuat oleh temuan bahwa burnout, khususnya dimensi depersonalisasi, memiliki hubungan signifikan dengan depresi akibat menurunnya makna kerja dan penggunaan strategi koping yang kurang adaptif (Koutsimani et al., 2019; Michal et al., 2024).

Dalam konteks pekerja PPSU, tekanan kerja dan rutinitas yang monoton dapat berkontribusi terhadap munculnya depersonalisasi, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan mental. Oleh karena itu, upaya pencegahan perlu difokuskan pada penguatan dukungan sosial dan pengelolaan stres kerja untuk menurunkan risiko depresi.

Hubungan Dimensi Prestasi Pribadi dengan Gejala Depresi

Berdasarkan tabel 2, responden dengan prestasi pribadi sedang–tinggi semuanya tidak mengalami depresi (100%), sedangkan pada kategori rendah hanya sebagian kecil yang mengalami depresi (3%). Secara statistik, hubungan ini tidak signifikan ($p=0,198$), sehingga menunjukkan bahwa dimensi prestasi pribadi tidak berhubungan langsung dengan gejala depresi.

Ketidaksignifikanan ini dapat disebabkan oleh karakteristik dimensi prestasi pribadi yang lebih bersifat kognitif-evaluatif, sehingga pengaruhnya terhadap depresi lebih lemah dibandingkan dimensi burnout lainnya. Selain itu, literatur menunjukkan bahwa hubungan burnout dan depresi tidak selalu konsisten dan masih diperdebatkan, termasuk kemungkinan keduanya merupakan konstruk yang saling tumpang tindih namun tidak identic (Koutsimani et al., 2019).

Di sisi lain, faktor protektif seperti dukungan sosial dan penghargaan kerja dapat menurunkan dampak negatif dari rendahnya prestasi pribadi (Salvagioni et al., 2017; Chaves-Montero et al., 2025). Resiliensi dan strategi koping adaptif juga berperan dalam menjaga kesejahteraan psikologis, sehingga individu tetap terhindar dari depresi meskipun mengalami penurunan persepsi terhadap prestasi diri (Salmela-Aro & Upadyaya, 2018; Di Trani et al., 2021).

SIMPULAN

Pada penelitian ini semua responden berjenis kelamin laki – laki. Sebagian besar responden tergolong dewasa muda, berpendidikan mayoritas SMA dan memiliki masa kerja lebih dari

lima tahun, mencerminkan stabilitas dan retensi kerja yang baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas petugas PPSU di Kecamatan Cengkareng memiliki tingkat *burnout* dan gejala depresi yang relatif rendah. Hasil analisis mengindikasikan bahwa dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi pada petugas PPSU, sedangkan dimensi penurunan prestasi pribadi tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Adanya faktor protektif seperti dukungan sosial, penghargaan atas kinerja, resiliensi, serta kemampuan coping adaptif berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis individu dan menurunkan dampak negatif dari stres kerja kronis.

REFERENSI

- Abdel-Bakky, M., Amin, E., Faris, T., & Abdellatif, A. (2021). Mental depression: Relation to different disease status, newer treatments and its association with COVID-19 pandemic (Review). *Molecular Medicine Reports*, 24(6). <https://doi.org/10.3892/mmr.2021.12479>.
- Chaves-Montero, A., Blanco-Miguel, P., & Belén Ríos-Vizcaíno. (2025). Analysis of the Predictors and Consequential Factors of Emotional Exhaustion Among Social Workers: A Systematic Review. *Healthcare*, 13(5), 552–552. <https://doi.org/10.3390/healthcare13050552>.
- Di Trani, M., Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., & Frigo, M. G. (2021). From Resilience to Burnout in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>.
- Dong, Y., Zhu, Q., Chang, R., Wang, R., Cai, Y., & Huang, H. (2023). Association between work stress and mental health in Chinese public health workers during the COVID-19 epidemic: mediating role of social support and self-efficacy. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1236645>.
- Dyrbye, L. N., West, C. P., Johnson, P. O., Cipriano, P. F., Beatty, D. E., Peterson, C., Major-Elechi, B., & Shanafelt, T. (2019). Burnout and Satisfaction With Work–Life Integration Among Nurses. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 61(8), 689–698. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001637>.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1–27. NCBI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>.
- Hapsari, K. V., Lestantyo, D., & Ekawati, E. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental, Usia, dan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai Kantor Bea Cukai Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 385 - 398. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i4.40514>.
- Harvey, S. B., Modini, M., Joyce, S., Milligan-Saville, J. S., Tan, L., Mykletun, A., Bryant, R. A., Christensen, H., & Mitchell, P. B. (2017). Can work make you mentally ill? A systematic meta-review of work-related risk factors for

common mental health problems. *Occupational and Environmental Medicine*, 74(4), 301–310. <https://doi.org/10.1136/oemed-2016-104015>

Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>.

Kismono, G., & Surtpto, B. (2022). Career Management and Employees Retention in Professional Service Organizations: An Empirical Study from Indonesia. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 9(8), 169–181. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2022.VOL9.NO8.0169>.

Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The Relationship Between Burnout, Depression, and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(284). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>.

Lee, W., Yragui, N. L., Anderson, N. J., Howard, N., Lin, J.-H., & Bao, S. (2022). The job demand-control-support model and work-related musculoskeletal complaints in daytime and nighttime janitors: The mediating effect of Burnout. *Applied Ergonomics*, 105, 103836. doi:10.1016/j.apergo.2022.103836

Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). Burnout and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>.

Medeline, A., Suwondo, A., & Jayanti, S. (2020). Perbedaan Kelelahan Kerja pada Penanganan Prasarana dan Sarana Umum dengan Karakteristik Lingkungan yang Berbeda. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 19(2), 152–157. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.2.152-157>.

Meier, S. T., & Kim, S. (2021). Meta-regression analyses of relationships between burnout and depression with sampling and measurement methodological moderators. *Journal of Occupational Health Psychology*. <https://doi.org/10.1037/ocp0000273>.

Michal, M., Jörg Wiltink, Tibubos, A. N., Wild, P. S., Münzel, T., Lackner, K., Pfeiffer, N., Jochem König, Gieswinkel, A., Beutel, M., & Jasmin Ghaemi Kerahrodi. (2024). Impact of depersonalization on the course of depression: longitudinal

- observations from the gutenber health study. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05658-7>.
- Naczenski, L. M., de Vries, J. D., van Hooff, M. L. M., & Kompier, M. A. J. (2017). Systematic review of the association between physical activity and burnout. *Journal of Occupational Health*, 59(6), 477–494. <https://doi.org/10.1539/joh.17-0050-ra>.
- Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). Burnout and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015. (2015). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/229959/pergub-prov-dki-jakarta-no-169-tahun-2015>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/61133>.
- Renger, D., Miché, M., & Casini, A. (2020). Professional Recognition at Work. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*, 62(3), 202–209. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001782>.
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2018). Role of demands-resources in work engagement and burnout in different career stages. *Journal of Vocational Behavior*, 108, 190–200. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.08.002>.
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. de. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, 12(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>.
- Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat 2023. (2023). Badan Pusat Statistik Kota Administrasi Jakarta Barat. https://barat.jakarta.go.id/batik/storage/layanan/astik/statistik/Statistik_Kesejahteraan_Rakyat_Kota_Administrasi_Jakarta_Barat_2023.pdf.
- Sumardiyono, S., Rochmah, S.C., & Rinawati, S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penyapu Jalan Di Kota Surakarta. *Journal of Applied Agriculture Health and Technology*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.20961/jaht.v2i1.594>.

- Sutrisno, S., Soesanto, E., Indanah, I., Yulisetyaningrum, Y., & Faiqh Albyn, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Burnout Pada Pekerja Lepas Pantai (Offshore). *Medical : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(1), 47–61. <https://doi.org/10.69836/medical-jkk.v1i1.82>.
- Syafri, M., Ginting, J. V. B., Feriyadin, Darwis, & Budiarto, B. W. (2023). The Influence Of Job Satisfaction, Career Development And Teamwork On Employee Retention In Government-Owned Cultural Destinations. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)*, 9(6), 2531-2536. <https://doi.org/10.35870/jemsi.v9i6.1654>.
- Syاملan, A. T., Salamah, S., Alkaff, F. F., Prayudi, Y. E., Kamil, M., Irzaldy, A., Karimah, A., Postma, M. J., Purba, F. D., & Arifin, B. (2022). Mental health and health-related quality of life among healthcare workers in Indonesia during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 12(4), e057963. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057963>.
- Valentina, A., Rahman, A., Mawar, M., & Amalia, T. (2022). Pengaruh Motivasi Terhadap Kinerja Petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum di Kelurahan Lebak Bulus. *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)*, 4(1), 15–34. <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i1.16345>.
- World Health Organization. (2025, August 29). Depressive disorder (depression). World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
- Wu, Y., Ban, Y., Pan, G., Yao, M., Liu, L., Chen, T., & Wu, H. (2025). Effects of online mindfulness-based stress reduction training on depression and anxiety symptoms among psychiatric healthcare workers in a randomized controlled trial: the mediating role of emotional suppression. *BMC Psychiatry*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06967-1>.

e-ISSN: 2301-9255; p-ISSN: 2656-1190

JURNAL ILMIAH KESEHATAN

A PEER REVIEWED AND OPEN ACCESS JOURNAL

Published by :
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas MH Thamrin**About the Journal**

Jurnal Ilmiah Kesehatan (e-ISSN [2656-1190](#) and p-ISSN [2301-9255](#)) was first established in 2012. The journal is managed by the Research and Community Service Institute (LPPM) of Mohammad Husni Thamrin University. The Health Scientific Journal for the first time only used print journals and published two editions in one year (March and September). Along with the development and advancement of technology, the Scientific Journal of Health is an Open Journal System (OJS) by the name of the Scientific Jurnal Ilmiah Kesehatan and began publishing in OJS in 2018

This journal accepts articles or scientific paper that focus on health issues. Since 2017, submitted papers must be written in English or Bahasa Indonesia for an initial review stage by editors and further review process by a minimum of two anonymous reviewers.

Journal Title : **Jurnal Ilmiah Kesehatan**
Initials : JIK
Frequency : Biannually (March and September)
DOI : [10.37012](#)
ISSN (Print) : [2301-9255](#)
ISSN (Online) : [2656-1190](#)
Editor-in-Chief : Dr. Titi Indriyati, SKM., M.Epid
Publisher : [LPPM Universitas Mohammad Husni Thamrin](#)

**CURRENT ISSUE****Vol. 18 No. 1 (2026): Jurnal Ilmiah Kesehatan**

PUBLISHED: 2026-03-25

Articles

[Pendekatan Caring Menurut Jean Watson Pada Pasien Yang Sulit Menjalani Pengobatan: Literature Review](#)

Metilda, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

<https://orcid.org/0009-0007-4829-748X>

Theophylia Melisa Manumara, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Mentari Dwi Putri Juliyanti, Indonesia

Putri Kurnia Ramadhani, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Clara Rositawati Anggraeni, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Elsya Meylina, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Adelia Septiani, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Selvia Gusmawati, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Adinda Laila Octaviany, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia


Fabyan Velentine Agustian, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Bagja Agustian, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Yara Muntaha, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

Putri Nurul Aini, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia

1 - 7

DOI : 10.37012/jik.v18i2.3238  Abstract View : 2  pdf downloads: 15



 PDF

[Hubungan Paparan Suara Bising dari Sound Horeg dengan Kejadian Vertigo pada Masyarakat di Kota/Kabupaten Malang](#)

Vincentia Maria Iriane, Bagian Patologi Klinik, RSUD Lawang, Indonesia

Yuswanto Setyawan, Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra Surabaya, Indonesia

9-19

DOI : 10.37012/jik.v18i2.3082  Abstract View : 0  pdf downloads: 5

 PDF



[The Effect of Hypnotherapy on Work Stress Reduction Among Employees in a Private Company in West Jakarta, Indonesia](#)

Bambang Adhy Prasakti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Nur Asniati Djaali, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Titi Indriyati, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

20-31

DOI : 10.37012/jik.v18i2.3329  Abstract View : 0  pdf downloads: 2

 PDF

[Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan](#)

Juni Chudri, FK Trisakti, Indonesia

Verawati Sudarma, Universitas Trisakti, Indonesia

<https://orcid.org/0009-0008-5167-4001>



Fransisca Chondro, Universitas Trisakti, Indonesia

<https://orcid.org/0000-0003-2953-2046>

Astri Handayani, Universitas Trisakti, Indonesia

<https://orcid.org/0000-0001-5959-7700>

32 - 42

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3045  Abstract View : 0  pdf downloads: 1

 PDF

The Role of Hypnotherapy in Reducing Anxiety and Enhancing Work Motivation among Employees: A Phenomenological Study of Clients at Rumah Terapi Kita Hypnotherapy Center



Peranan Hipnoterapi Dalam Mengatasi Kecemasan Dan Meningkatkan Motivasi Kerja Pada Karyawan; Studi Fenomenologis Klien Di Rumah Terapi Kita Hipnoterapi

Sofiana Dewi Indriati, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Ajeng Tias Endarti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Lilis Heri Mis Cicih, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

43 - 53

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3267  Abstract View : 1  pdf downloads: 3

 PDF

Literature Review: Perbedaan Pengambilan Keputusan Antara Individu Hoarding Disorder dan Obsessive-Compulsive Disorder



Stephen Iskandar, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia

Ester Fransiska Wijaya, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia

Ardo Sanjaya, Indonesia

Julia Windi Gunadi, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia

54- 63

DOI : 10.37012/jik.v18i1.2719  Abstract View : 2  pdf downloads: 4



 PDF

Pengendalian Obat Menggunakan Metode ABC-Ven di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum dr. Abdul Radjak Purwakarta

Lilis Heri Mis Cicih, Universitas Muhammad Husni Thamrin, Indonesia

Arif Rachman, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

64-74

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3362  Abstract View : 1  pdf downloads: 2

 PDF

Analisis Fisikokimia dan Organoleptik Enteral berbasis Tepung Kacang Merah dan Sari Apel untuk Penderita Diabetes Melitus

Amelia Filnia Dewi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Afiya Hasna Nabila, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Aan Sofyan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

75 - 90

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3349  Abstract View : 0  pdf downloads: 5  Ethical Clearance downloads: 2



ETHICAL
CLEARANCE

The Relationship Between Knowledge and Attitudes Towards Employee Behavior in Completeness of Electronic Medical Record Filling at Cibatu Community Health Center

Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Pegawai Dalam Kelengkapan Pengisian Rekam Medis Elektronik Di Puskesmas Cibatu

Malikul Mansur, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Nur Asniati Djaali, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Lilis Heri Mis Cicih, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

91-100

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3093 Abstract View : 2 pdf downloads: 2



The Relationship Between Health Promotion and Health Service Facilities with Patient Satisfaction at Haikal Clinic Purwakarta

Hubungan Promosi Kesehatan dan Fasilitas Pelayanan dengan Kepuasan Pasien di Klinik Haikal Purwakarta

Heni Kustini, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Titi Indriyati, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Brian Sri Prahastuti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

101-114

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3065 Abstract View : 2 pdf downloads: 2



Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif pada Baduta Usia 6–24 Bulan di Posyandu Kelurahan Bojong Baru

Chantika Lusiana, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Kartika Wandini, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

115-128

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3233 Abstract View : 1 pdf downloads: 2



Faktor Yang Berhubungan Dengan Kehadiran Balita di Posyandu Garuda 3C Halim Perdanakusuma

renata eka_rifkasari, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia
Kartika Wandini, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

129 - 139

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3234 Abstract View : 1 pdf downloads: 1



[Analysis of Patient Satisfaction in the Inpatient Unit at Permata Dalima Hospital, Serpong](#)



Analisis Kepuasan Pasien Pada Pada Unit Rawat Inap Di RS Permata Dalima Serpong

Noviane Indah Susanti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Nur Asniati Djaali, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Ajeng Tias Endarti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

 140 - 151

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3157  Abstract View : 0  pdf downloads: 0

 PDF



[Prostate Specific Antigen Is An Indicator of Prostate Cancer Improvement at Dharmais Cancer Hospital: Literature Review and Secondary Data](#)

Brian Sri Prahastuti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Hestiana Peni Siti Irmanti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Lilis Mis Heri Cich, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

 152 - 167

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3073  Abstract View : 0  pdf downloads: 1

 PDF

[Hubungan Body Image, Emotional Eating, Pengaruh Teman Sebaya, Aktivitas Fisik, dan Pola Konsumsi Fast Food Terhadap Status Gizi Siswa di SMAN 64 Jakarta](#)



Ratna Mutu Manikam, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Karlina Agustin, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Slamet Santoso Kurniawan, Indonesia

Annisa Nursita Angesti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

 168-175

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3113  Abstract View : 1  pdf downloads: 2



 PDF

[Pemanfaatan Serbuk Daun Kelor pada Pembuatan Dawet Tinggi Serat Pangan sebagai Selingan Antiobesitas](#)

Dhea Marlina Salsabila, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Ratna Mutu Manikam, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

 176-184

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3320  Abstract View : 3  pdf downloads: 6


 PDF

[Hubungan Antara Depresi dan Status Gizi pada Lansia](#)

Fransisca Chondro, Universitas Trisakti, Indonesia

Insyra Dwicosta Arynindra, Universitas Trisakti, Indonesia

 185-194

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3279  Abstract View : 6  pdf downloads: 5

 PDF



Analysis of Nutritional Status and Macronutrient Intake in Toddlers in Matraman District, East Jakarta

Rita Fitriyanti, Universitas Mohammad Husni Thamrin , Indonesia

Ratih Agustina Prikhatina, Universitas Mohammad Husni Thamrin , Indonesia

Slamet Santoso Kurniawan, Universitas Mohammad Husni Thamrin , Indonesia

195 – 207

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3465  Abstract View : 0  pdf downloads: 0

 PDF

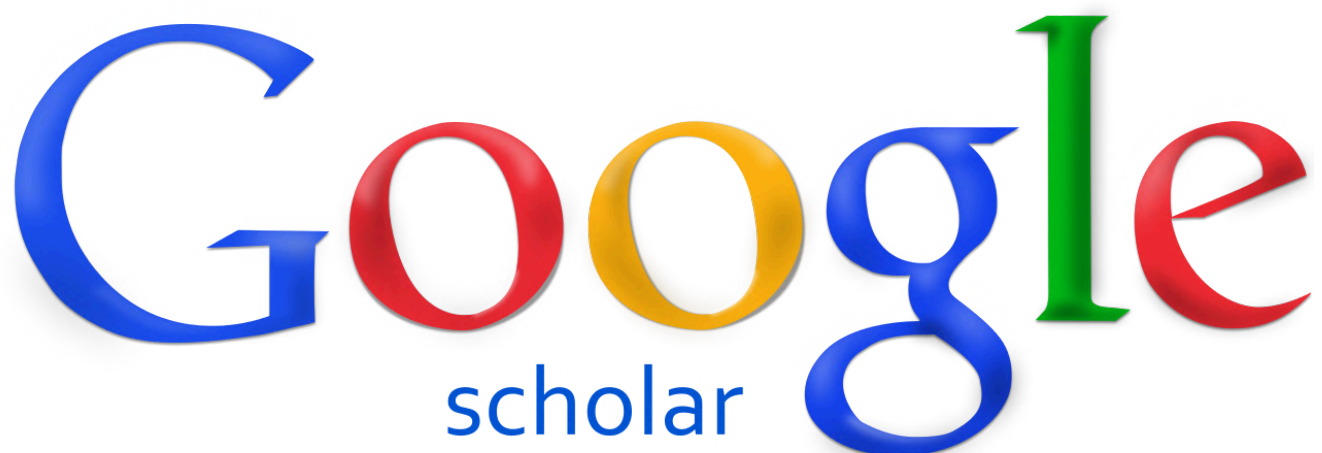
[VIEW ALL ISSUES >](#)

Reviewers will review any submitted paper. Review process employs a double-blind review, which means that both the reviewer and author identities are concealed from the reviewers, and vice versa.

We strongly prefer to receive manuscripts via our online submission system. With using our system, authors can upload manuscript files (text, figures, and supplementary information) directly to our office and check on the status of Reviews their manuscripts during the review process.

Accepted papers will be freely accessed in this website and the following abstracting & indexing databases:

Â





MAKE A SUBMISSION

SERTIFIKAT



ADDITIONAL MENU

[EDITORIAL TEAM](#)

[REVIEWER](#)

[PEER REVIEW PROCESS](#)

[FOCUS AND SCOPE](#)

[AUTHOR GUIDELINES](#)

[AUTHOR FEES](#)

[PUBLICATION FREQUENCY](#)

[PUBLICATION ETHICS](#)

[COPYRIGHT NOTICE](#)

[PLAGIARISM POLICY](#)

[REFERENCES MANAGEMENT](#)

[OPEN ACCESS POLICY](#)

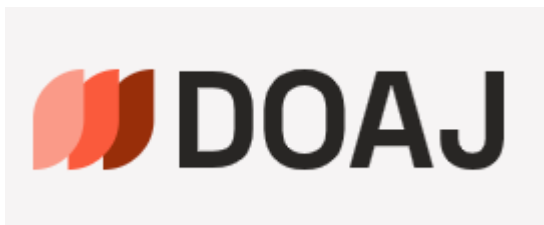
JOURNAL TEMPLATE



TOOLS



INDEXED BY:



VISITOR STATISTIC



[View My Stats](#)

INFORMATION

[For Readers](#)

[For Authors](#)

[For Librarians](#)

e-ISSN: 2301-9255; p-ISSN: 2656-1190

JURNAL ILMIAH KESEHATAN

A PEER REVIEWED AND OPEN ACCESS JOURNAL

Published by :

HOME Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas MH Thamrin

Editorial Team

Editorial Board Member

Nuralam Nuralam, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Andi Tenri Abeng, SKM., M.Kes., Universitas Palangkaraya, Indonesia

Heru Purwanto Nograho, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Reni Suhelmi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

[MAKE A SUBMISSION](#)

SERTIFIKAT



ADDITIONAL MENU

[EDITORIAL TEAM](#)

[REVIEWER](#)

[PEER REVIEW PROCESS](#)

[FOCUS AND SCOPE](#)

[AUTHOR GUIDELINES](#)

AUTHOR FEES

PUBLICATION FREQUENCY

PUBLICATION ETHICS

COPYRIGHT NOTICE

PLAGIARISM POLICY

REFERENCES MANAGEMENT

OPEN ACCESS POLICY

JOURNAL TEMPLATE

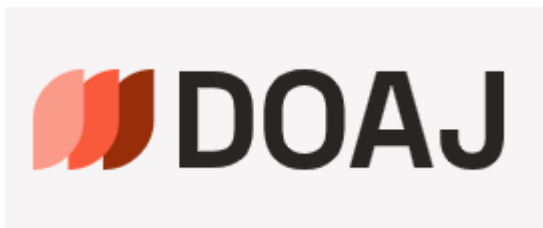


TOOLS



INDEXED BY:





VISITOR STATISTIC



[View My Stats](#)

INFORMATION

[For Readers](#)

[For Authors](#)

[For Librarians](#)

e-ISSN: 2301-9255; p-ISSN: 2656-1190

JURNAL ILMIAH KESEHATAN

A PEER REVIEWED AND OPEN ACCESS JOURNAL

Published by:

HOME Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas MH Thamrin

Editorial Team

Chief in Editor

Dr. Titi Indriyati, SKM., M.Epid., Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Editorial Board Member

Nuralam Nuralam, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Andi Tenri Abeng, SKM., M.Kes., Universitas Palangkaraya, Indonesia

Heru Purwanto Nograho, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Reni Suhelmi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

Reviewers Acknowledgement

Kusharisupeni Kusharisupeni, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia

Sudarto Ronoatmodjo, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia

Sutanto Priyo Hastono, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia

Triseu Setianingsih, Institut Medika Drg. Suherman, Indonesia

Brian Sri Prahastuti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Hasnawati Amqam, Universitas Hasanuddin Makassar, Indonesia

Nur Asniati Djaali, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Eny Kusmiran, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajawali Bandung, Indonesia

Ajeng Tias Endarti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Solha Elrifda, Poltekkes Kemenkes Jambi, Indonesia

Ellis Susanti, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Titi Indriyati, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

Atikah Pustikasari, Program Studi DIII Keperawatan Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

[MAKE A SUBMISSION](#)

SERTIFIKAT



ADDITIONAL MENU

[EDITORIAL TEAM](#)

[REVIEWER](#)

[PEER REVIEW PROCESS](#)

[FOCUS AND SCOPE](#)

[AUTHOR GUIDELINES](#)

[AUTHOR FEES](#)

[PUBLICATION FREQUENCY](#)

[PUBLICATION ETHICS](#)

[COPYRIGHT NOTICE](#)

[PLAGIARISM POLICY](#)

[REFERENCES MANAGEMENT](#)

[OPEN ACCESS POLICY](#)

JOURNAL TEMPLATE



TOOLS



INDEXED BY:



VISITOR STATISTIC



[View My Stats](#)

INFORMATION

[For Readers](#)

[For Authors](#)

[For Librarians](#)

4. Bukti konfirmasi publikasi artikel dan artikel yang dipublikasi

30 Maret 2025

Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan

*Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro³, Astri Handayani⁴

^{1,3,4}Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

Correspondence author: Juni Chudri, drjunichudri@trisakti.ac.id, Jakarta Barat, Indonesia

DOI: 10.37012/jik.v18i1.3045

Abstrak

Depresi merupakan gangguan mental yang dipengaruhi oleh faktor sosial, psikologis, dan biologis. Salah satu faktor sosial terkait pekerjaan adalah burnout, yang dapat dipicu oleh masa kerja. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan jumlah sampel ($n=168$) yang dipilih secara *consecutive sampling*. Variabel yang diukur meliputi masa kerja, burnout (*Maslach Burnout Inventory*: kelelahan emosional, depersonalisasi, prestasi pribadi), dan gejala depresi (*DASS-21*). Analisis menggunakan uji *Fisher* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan gejala depresi ($p=0,482$) maupun prestasi pribadi ($p=0,198$). Sebaliknya, terdapat hubungan antara kelelahan emosional dengan gejala depresi ($p=0,038$) serta antara depersonalisasi dengan gejala depresi ($p=0,016$).

Kata Kunci: masa kerja, burnout, gejala depresi

Abstract

Depression is a mental disorder influenced by social, psychological, and biological factors. One work-related social factor is burnout, which may be triggered by length of employment. This study used a cross-sectional design with a total sample of ($n=168$) selected through consecutive sampling. The variables measured included length of employment, burnout (Maslach Burnout Inventory: emotional exhaustion, depersonalization, personal accomplishment), and depressive symptoms (DASS-21). Analysis using the Fisher test showed no association between length of employment and depressive symptoms ($p=0.482$) or personal accomplishment ($p=0.198$). In contrast, there was an association between emotional exhaustion and depressive symptoms ($p=0.038$), as well as between depersonalization and depressive symptoms ($p=0.016$).

Keywords: length of employment, burnout, depressive symptoms

PENDAHULUAN

Program Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) merupakan upaya Pemerintah Provinsi DKI Jakarta dalam meningkatkan kualitas layanan publik di tingkat kelurahan melalui penanganan cepat terhadap permasalahan infrastruktur dan lingkungan (PERGUB DKI Jakarta No. 7, 2017). Petugas PPSU bekerja secara intensif dengan tuntutan pekerjaan

yang cepat, fleksibel, dan berisiko tinggi terhadap beban fisik maupun psikologis (Medeline et al., 2020).

Tingginya tuntutan kerja tersebut berpotensi menimbulkan burnout dan meningkatkan risiko depresi, yang merupakan gangguan mental dengan prevalensi tinggi serta berdampak besar terhadap produktivitas dan kualitas hidup (WHO, 2025). Burnout diketahui berkaitan dengan kondisi kerja yang berat, sedangkan depresi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor pekerjaan (Naczenski et al., 2017).

Salah satu faktor yang diduga berperan adalah masa kerja, karena semakin lama individu terpapar tuntutan kerja, semakin besar akumulasi stres yang dapat memicu burnout dan berkontribusi terhadap gejala depresi (Sutrisno et al., 2024; Sumardiyono et al., 2023). Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara masa kerja, burnout, dan depresi pada petugas PPSU masih terbatas, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut (Hapsari et al., 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara masa kerja dan burnout dengan gejala depresi pada petugas PPSU tingkat kelurahan di DKI Jakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (cross-sectional) yang bertujuan untuk menganalisis hubungan masa kerja dan burnout terhadap gejala depresi pada pekerja Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 168 responden ($n=168$) yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling, yaitu seluruh subjek yang memenuhi kriteria inklusi diambil secara berurutan hingga jumlah sampel terpenuhi. Pengambilan data dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta Barat, pada periode September–Desember 2024. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Riset Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti dengan nomor 131/KER/FK/08/2024.

Responden dalam penelitian ini adalah pekerja kebersihan laki-laki berusia 20–59 tahun yang bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi individu dengan riwayat gangguan mental yang telah terdiagnosis sebelumnya. Variabel masa kerja dikategorikan menjadi masa kerja baru (≤ 5 tahun) dan lama (> 5 tahun). Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner terstruktur yang diisi secara mandiri oleh responden, serta wawancara singkat untuk memastikan keakuratan data terkait masa kerja.

Burnout diukur menggunakan Maslach Burnout Inventory (MBI) yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas pada penelitian sebelumnya, dengan tiga dimensi penilaian yaitu kelelahan emosional (0–16 rendah, 17–26 sedang, ≥ 27 tinggi), depersonalisasi (0–6 rendah, 7–12 sedang, ≥ 13 tinggi), dan prestasi pribadi (0–31 rendah, 32–38 sedang, ≥ 39 tinggi). Gejala depresi diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) yang juga telah terbukti valid dan reliabel, dengan kategori normal (0–9), ringan (10–13), sedang (14–20), berat (21–27), dan sangat berat (≥ 28).

Analisis data dilakukan secara bivariat untuk menilai hubungan antara variabel menggunakan uji Fisher's Exact dengan tingkat signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat, dengan tujuan mempercepat pelayanan sarana dan prasarana publik sehingga pelayanan masyarakat di DKI Jakarta menjadi lebih optimal.

Tabel 1
Distribusi Karakteristik Responden, *Burnout* dan Gejala Depresi

Variable	N (%)
Usia	
- Dewasa Awal (18–25 tahun)	7 (4,17%)
- Dewasa Muda (26–45 tahun)	110 (65,48%)
- Dewasa Madya (46–59 tahun)	51 (30,35%)
Tingkat Pendidikan	
- SD	5 (2,98%)
- SMP	24 (14,28%)
- SMA	81 (48,21%)
- SMK	46 (27,38%)
- STM	4 (2,38%)
- Kejar Paket C	3 (1,79%)
- D3	2 (1,19%)
- S1	3 (1,79%)
Masa Kerja	
- Baru (≤ 5 tahun)	47 (27,98%)

- Lama (>5 tahun)	121 (72,02%)
Kelelahan Emosional	
- Rendah (0–16)	135 (80,36%)
- Sedang (17–26)	22 (13,09%)
- Tinggi (≥ 27)	11 (6,55%)
Depersonalisasi/sinisme	
- Rendah (0–6)	146 (86,90%)
- Sedang (7–12)	20 (11,91%)
- Tinggi (≥ 13)	2 (1,19%)
Prestasi Pribadi	
- Rendah (0–31)	75 (44,64%)
- Sedang (32–38)	28 (16,67%)
- Tinggi (≥ 39)	65 (38,69%)
Gejala Depresi	
- Normal (0–9)	166 (98,81%)
- Ringan (10–13)	2 (1,19%)
- Sedang (14–20)	0 (0%)
- Berat (21–27)	0 (0%)
- Sangat Berat (≥ 28)	0 (0%)

Berdasarkan tabel 1, seluruh responden adalah laki-laki, mayoritas berusia 26–45 tahun (65,48%), sesuai dengan Pergub DKI Jakarta No.169/2015 yang menekankan tenaga kerja laki-laki usia produktif karena sifat pekerjaan yang membutuhkan kekuatan fisik. Sebagian besar berpendidikan SMA atau sederajat (SMK, STM, kejar paket C) sebesar 134 responden (79,76%), sejalan dengan data BPS Jakarta Barat 2023 yang menunjukkan pendidikan ini sebagai dominan di wilayah tersebut (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169, 2015; Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat, 2023).

Mayoritas petugas PPSU memiliki masa kerja lebih dari lima tahun (72,02%), mencerminkan stabilitas dan retensi yang baik. Masa kerja menengah (6–11 tahun) berkaitan dengan produktivitas optimal, sementara retensi kerja dipengaruhi oleh kepuasan kerja, penghargaan, dan dukungan sosial (Kismono & Suropto, 2022; Syafri et al., 2023; Valentina et al., 2022).

Analisis burnout menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori rendah untuk kelelahan emosional (80,36%), depersonalisasi (86,90%), dan penurunan prestasi pribadi

(44,64%). Rendahnya kelelahan emosional disebabkan karakter pekerjaan yang lebih bersifat teknis dan fisik (Pereira et al., 2022), didukung dengan rendahnya tingkat depersonalisasi/sinisme mengindikasikan bahwa meskipun pekerjaan bersifat fisik, pekerja PPSU tidak mengalami sinisme atau asuh terhadap pekerjaannya. sebagian pekerja menunjukkan sinisme akibat rutinitas monoton (Lee et al., 2022) dan perasaan prestasi pribadi rendah karena kurangnya pengakuan dan kesempatan pengembangan (Dyrbye et al., 2019; Renger et al., 2020).

Hampir seluruh responden tidak menunjukkan gejala depresi (98,81%), kemungkinan karena beban emosional kerja yang ringan serta dukungan sosial dan lingkungan kerja yang positif. Faktor seperti rasa bermanfaat bagi masyarakat dan hubungan kerja yang baik berperan sebagai pelindung terhadap stres dan depresi (Abdel-Bakky et al., 2021; Syamlan et al., 2022; Dong et al., 2023).

Tabel 2
Uji Statistik Hubungan Masa kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi

Variabel	Depresi		<i>p-value</i>
	Normal	Depresi	
Masa Kerja			
Baru	46 (98%)	1 (2%)	0,482*
Lama	120 (99%)	1 (1%)	
<i>Burnout</i>			
Kelelahan Emosional			
- Sedang Tinggi	31 (94%)	2 (6%)	0,038*
- Rendah	135 (100%)	0 (0%)	
Depersonalisasi/sinisme			
- Sedang Tinggi	20 (91%)	2 (9%)	0,016*
- Rendah	146 (100%)	0 (0%)	
Prestasi Pribadi			
- Sedang Tinggi	93 (100%)	0 (0%)	0,198*
- Rendah	73 (97%)	2 (3%)	

* Uji *Fisher*

Hubungan Masa Kerja dengan Gejala Depresi

Berdasarkan Tabel 2, masa kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat depresi ($p=0,482$), dengan proporsi depresi yang hampir sama pada pekerja baru (2%) dan lama (1%). Hal ini menunjukkan bahwa lamanya masa kerja bukan faktor utama yang memengaruhi kondisi psikologis petugas PPSU.

Temuan ini mengindikasikan bahwa risiko depresi tidak secara langsung meningkat seiring masa kerja, melainkan lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti beban kerja, kondisi lingkungan kerja, dan dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa hubungan masa kerja dengan kesehatan mental bersifat tidak konsisten dan dipengaruhi oleh faktor psikososial (Edú-Valsania et al., 2022; Harvey et al., 2017).

Meskipun masa kerja mencerminkan pengalaman dan paparan terhadap stres kerja, pengaruhnya terhadap depresi bersifat dinamis pada setiap fase kerja. Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis pekerja lebih ditentukan oleh kualitas lingkungan kerja dan dukungan sosial dibanding lamanya masa kerja (Abdel-Bakky et al., 2021; Hidayati & Purwandari, 2023).

Hubungan Dimensi Kelelahan Emosional dengan Gejala Depresi

Berdasarkan Tabel 2, terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan emosional dan gejala depresi ($p=0,038$). Secara deskriptif, seluruh kasus depresi (6%) hanya ditemukan pada kelompok dengan kelelahan emosional sedang–tinggi (2 dari 33 responden), sedangkan pada kelompok kelelahan emosional rendah tidak ditemukan kasus depresi (0%). Hal ini menunjukkan bahwa depresi hanya muncul pada responden dengan tingkat kelelahan emosional yang lebih tinggi.

Temuan ini menegaskan bahwa kelelahan emosional merupakan faktor yang berperan penting terhadap munculnya gejala depresi pada pekerja PPSU. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa kelelahan emosional merupakan dimensi burnout yang paling berkaitan dengan depresi, dengan kekuatan korelasi sedang hingga kuat ($r\approx 0,546$) (Meier & Kim, 2021; Edú-Valsania et al., 2022).

Dengan demikian, peningkatan kelelahan emosional pada pekerja perlu menjadi perhatian, karena berpotensi meningkatkan risiko depresi. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada pengelolaan kelelahan emosional, seperti peningkatan dukungan kerja dan manajemen stres, penting untuk menjaga kesehatan mental pekerja (Chaves-Montero et al., 2025; Wu et al., 2025).

Hubungan Dimensi Depersonalisasi dengan Gejala Depresi

Berdasarkan Tabel 2, terdapat hubungan yang signifikan antara depersonalisasi dan gejala depresi ($p=0,016$). Secara deskriptif, seluruh kasus depresi (9%) hanya ditemukan pada kelompok dengan depersonalisasi sedang–tinggi (2 dari 22 responden), sedangkan pada kelompok depersonalisasi rendah tidak ditemukan kasus depresi (0%). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat depersonalisasi berkaitan dengan munculnya gejala depresi.

Depersonalisasi, yang ditandai dengan sikap sinis, penarikan diri emosional, dan berkurangnya empati, dapat menurunkan keterikatan individu terhadap pekerjaan dan meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis (Edú-Valsania et al., 2022). Kondisi ini diperkuat oleh temuan bahwa burnout, khususnya dimensi depersonalisasi, memiliki hubungan signifikan dengan depresi akibat menurunnya makna kerja dan penggunaan strategi koping yang kurang adaptif (Koutsimani et al., 2019; Michal et al., 2024).

Dalam konteks pekerja PPSU, tekanan kerja dan rutinitas yang monoton dapat berkontribusi terhadap munculnya depersonalisasi, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan mental. Oleh karena itu, upaya pencegahan perlu difokuskan pada penguatan dukungan sosial dan pengelolaan stres kerja untuk menurunkan risiko depresi.

Hubungan Dimensi Prestasi Pribadi dengan Gejala Depresi

Berdasarkan tabel 2, responden dengan prestasi pribadi sedang–tinggi semuanya tidak mengalami depresi (100%), sedangkan pada kategori rendah hanya sebagian kecil yang mengalami depresi (3%). Secara statistik, hubungan ini tidak signifikan ($p=0,198$), sehingga menunjukkan bahwa dimensi prestasi pribadi tidak berhubungan langsung dengan gejala depresi.

Ketidaksignifikanan ini dapat disebabkan oleh karakteristik dimensi prestasi pribadi yang lebih bersifat kognitif-evaluatif, sehingga pengaruhnya terhadap depresi lebih lemah dibandingkan dimensi burnout lainnya. Selain itu, literatur menunjukkan bahwa hubungan burnout dan depresi tidak selalu konsisten dan masih diperdebatkan, termasuk kemungkinan keduanya merupakan konstruk yang saling tumpang tindih namun tidak identic (Koutsimani et al., 2019).

Di sisi lain, faktor protektif seperti dukungan sosial dan penghargaan kerja dapat menurunkan dampak negatif dari rendahnya prestasi pribadi (Salvagioni et al., 2017; Chaves-Montero et al., 2025). Resiliensi dan strategi koping adaptif juga berperan dalam menjaga kesejahteraan

psikologis, sehingga individu tetap terhindar dari depresi meskipun mengalami penurunan persepsi terhadap prestasi diri (Salmela-Aro & Upadyaya, 2018; Di Trani et al., 2021).

SIMPULAN

Pada penelitian ini semua responden berjenis kelamin laki – laki. Sebagian besar responden tergolong dewasa muda, berpendidikan mayoritas SMA dan memiliki masa kerja lebih dari lima tahun, mencerminkan stabilitas dan retensi kerja yang baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas petugas PPSU di Kecamatan Cengkareng memiliki tingkat *burnout* dan gejala depresi yang relatif rendah. Hasil analisis mengindikasikan bahwa dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi pada petugas PPSU, sedangkan dimensi penurunan prestasi pribadi tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Adanya faktor protektif seperti dukungan sosial, penghargaan atas kinerja, resiliensi, serta kemampuan coping adaptif berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis individu dan menurunkan dampak negatif dari stres kerja kronis.

REFERENSI

- Abdel-Bakky, M., Amin, E., Faris, T., & Abdellatif, A. (2021). Mental depression: Relation to different disease status, newer treatments and its association with COVID-19 pandemic (Review). *Molecular Medicine Reports*, 24(6). <https://doi.org/10.3892/mmr.2021.12479>.
- Chaves-Montero, A., Blanco-Miguel, P., & Belén Ríos-Vizcaíno. (2025). Analysis of the Predictors and Consequential Factors of Emotional Exhaustion Among Social Workers: A Systematic Review. *Healthcare*, 13(5), 552–552. <https://doi.org/10.3390/healthcare13050552>.
- Di Trani, M., Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., & Frigo, M. G. (2021). From Resilience to Burnout in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>.
- Dong, Y., Zhu, Q., Chang, R., Wang, R., Cai, Y., & Huang, H. (2023). Association between work stress and mental health in Chinese public health workers during the COVID-19 epidemic: mediating role of social support and self-efficacy. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1236645>.
- Dyrbye, L. N., West, C. P., Johnson, P. O., Cipriano, P. F., Beatty, D. E., Peterson, C., Major-Elechi, B., & Shanafelt, T. (2019). Burnout and Satisfaction With Work–Life Integration Among Nurses. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 61(8), 689–698. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001637>.

- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1–27. NCBI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>.
- Hapsari, K. V., Lestantyo, D., & Ekawati, E. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental, Usia, dan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai Kantor Bea Cukai Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 385 - 398. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i4.40514>.
- Harvey, S. B., Modini, M., Joyce, S., Milligan-Saville, J. S., Tan, L., Mykletun, A., Bryant, R. A., Christensen, H., & Mitchell, P. B. (2017). Can work make you mentally ill? A systematic meta-review of work-related risk factors for common mental health problems. *Occupational and Environmental Medicine*, 74(4), 301–310. <https://doi.org/10.1136/oemed-2016-104015>
- Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>.
- Kismono, G., & Suropto, B. (2022). Career Management and Employees Retention in Professional Service Organizations: An Empirical Study from Indonesia. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 9(8), 169–181. <https://doi.org/10.13106/JAFEB.2022.VOL9.NO8.0169>.
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The Relationship Between Burnout, Depression, and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(284). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>.
- Lee, W., Yragui, N. L., Anderson, N. J., Howard, N., Lin, J.-H., & Bao, S. (2022). The job demand-control-support model and work-related musculoskeletal complaints in daytime and nighttime janitors: The mediating effect of Burnout. *Applied Ergonomics*, 105, 103836. doi:10.1016/j.apergo.2022.103836
- Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). Burnout and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>.
- Medeline, A., Suwondo, A., & Jayanti, S. (2020). Perbedaan Kelelahan Kerja pada Penanganan Prasarana dan Sarana Umum dengan Karakteristik Lingkungan yang Berbeda. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 19(2), 152–157. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.2.152-157>.
- Meier, S. T., & Kim, S. (2021). Meta-regression analyses of relationships between burnout and depression with sampling and measurement methodological moderators. *Journal of Occupational Health Psychology*. <https://doi.org/10.1037/ocp0000273>.
- Michal, M., Jörg Wiltink, Tibubos, A. N., Wild, P. S., Münzel, T., Lackner, K., Pfeiffer, N., Jochem König, Gieswinkel, A., Beutel, M., & Jasmin Ghaemi Kerahrodi. (2024). Impact of

- depersonalization on the course of depression: longitudinal observations from the gutenber health study. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05658-7>.
- Naczenski, L. M., de Vries, J. D., van Hooff, M. L. M., & Kompier, M. A. J. (2017). Systematic review of the association between physical activity and burnout. *Journal of Occupational Health*, 59(6), 477–494. <https://doi.org/10.1539/joh.17-0050-ra>.
- Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). Burnout and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015. (2015). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/229959/pergub-prov-dki-jakarta-no-169-tahun-2015>.
- PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/61133>.
- Renger, D., Miché, M., & Casini, A. (2020). Professional Recognition at Work. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*, 62(3), 202–209. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001782>.
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2018). Role of demands-resources in work engagement and burnout in different career stages. *Journal of Vocational Behavior*, 108, 190–200. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.08.002>.
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. de. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, 12(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>.
- Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat 2023. (2023). Badan Pusat Statistik Kota Administrasi Jakarta Barat. https://barat.jakarta.go.id/batik/storage/layanan/astik/statistik/Statistik_Kesejahteraan_Rakyat_Kota_Administrasi_Jakarta_Barat_2023.pdf.
- Sumardiyono, S., Rochmah, S.C., & Rinawati, S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penyapu Jalan Di Kota Surakarta. *Journal of Applied Agriculture Health and Technology*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.20961/jaht.v2i1.594>.
- Sutrisno, S., Soesanto, E., Indanah, I., Yulisetyaningrum, Y., & Faiqh Albyn, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Burnout Pada Pekerja Lepas Pantai (Offshore). *Medical : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(1), 47–61. <https://doi.org/10.69836/medical-jkk.v1i1.82>.
- Syafri, M., Ginting, J. V. B., Feriyadin, Darwis, & Budiarto, B. W. (2023). The Influence Of Job Satisfaction, Career Development And Teamwork On Employee Retention In Government-Owned Cultural Destinations. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)*, 9(6), 2531-2536. <https://doi.org/10.35870/jemsi.v9i6.1654>.

- Syamlan, A. T., Salamah, S., Alkaff, F. F., Prayudi, Y. E., Kamil, M., Irzaldy, A., Karimah, A., Postma, M. J., Purba, F. D., & Arifin, B. (2022). Mental health and health-related quality of life among healthcare workers in Indonesia during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 12(4), e057963. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057963>.
- Valentina, A., Rahman, A., Mawar, M., & Amalia, T. (2022). Pengaruh Motivasi Terhadap Kinerja Petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum di Kelurahan Lebak Bulus. *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)*, 4(1), 15–34. <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i1.16345>.
- World Health Organization. (2025, August 29). Depressive disorder (depression). World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
- Wu, Y., Ban, Y., Pan, G., Yao, M., Liu, L., Chen, T., & Wu, H. (2025). Effects of online mindfulness-based stress reduction training on depression and anxiety symptoms among psychiatric healthcare workers in a randomized controlled trial: the mediating role of emotional suppression. *BMC Psychiatry*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06967-1>.

Juni Chudri FK

Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi

📄 Artikel Jurnal 1

Document Details

Submission ID

trn:oid::3618:115845155

Submission Date

Oct 7, 2025, 7:31 PM GMT+7

Download Date

Oct 7, 2025, 7:39 PM GMT+7

File Name

1_Jurnal PPSU (beda kategori usia)_071025_1_1.docx

File Size

77.3 KB

18 Pages

5,279 Words

35,498 Characters




8% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Small Matches (less than 10 words)

Top Sources

- 5%  Internet sources
- 4%  Publications
- 6%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 5% Internet sources
- 4% Publications
- 6% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	jdh.jakarta.go.id	<1%
2	Student papers	Universitas Pamulang on 2023-08-28	<1%
3	Internet	journal.untar.ac.id	<1%
4	Internet	e-journal.unair.ac.id	<1%
5	Publication	Luciano Santana Cabrera, Elena Hernández Medina, Pilar Eugenio Robaina, Manu...	<1%
6	Publication	Utin Isnanda Besari, Ery Hermawati, Sari Eka Pratiwi. "Gambaran tingkat pengeta...	<1%
7	Internet	jik.stikesalifah.ac.id	<1%
8	Internet	journal.thamrin.ac.id	<1%
9	Publication	Siti Aminah, Herlina Dimiati, Niken Asri Utami. "Stres Ibu Menyusui dan Keberhas...	<1%
10	Internet	elibrary.almaata.ac.id	<1%
11	Internet	repository.upnvj.ac.id	<1%

12	Publication	Mufidah Saumi, Eva Mayasari, Riski Novera Yenita, Riska Epina Hayu. "HUBUNG...	<1%
13	Student papers	Universidad Ricardo Palma on 2024-11-06	<1%
14	Student papers	Universitas Muslim Indonesia on 2025-05-26	<1%
15	Internet	proceeding.unnes.ac.id	<1%
16	Internet	text-id.123dok.com	<1%
17	Publication	Muhammad Yazid Labib, Ani Ariani Basri, Rindang Diannita. Jurnal Kesehatan Ma...	<1%
18	Publication	Putu Dida Dirana Grudug, Endang Retno Surjaningrum. "Peran Ruminasi pada Pe...	<1%
19	Student papers	Universitas Mohammad Husni Thamrin Jakarta on 2025-08-25	<1%
20	Internet	journal.umy.ac.id	<1%
21	Internet	jurnal.univrab.ac.id	<1%
22	Internet	proceeding.stikesmp.ac.id	<1%
23	Internet	rumahjurnal.or.id	<1%

Hubungan Masa Kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan

*Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro³, Astri Handayani⁴

^{1,3,4}Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta Barat, Indonesia

Correspondence author: Juni Chudri, drjunichudri@trisakti.ac.id, Jakarta Barat, Indonesia

Abstrak

Depresi adalah gangguan mental umum yang dipengaruhi interaksi kompleks antara faktor sosial, psikologis, dan biologis. Salah satu faktor sosial terkait pekerjaan adalah *burnout* yang timbul dari ketidakmampuan pekerja memenuhi tuntutan kerja. Faktor risiko individu pemicu *burnout* meliputi masa kerja; semakin lama masa kerja, semakin besar paparan terhadap stres dan semakin menumpuk tekanan fisik, yang dapat memicu *burnout*. Penelitian ini melibatkan 150 responden yang dipilih melalui *consecutive sampling*. Data yang diukur adalah masa kerja, *burnout* (menggunakan Maslach Burnout Inventory meliputi Kelelahan Emosional, Depersonalisasi, dan Prestasi Pribadi), serta gejala depresi (menggunakan DASS-21). Hasil menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara masa kerja dengan gejala depresi ($p=0,482$) dan dimensi Prestasi Pribadi ($p=0,198$). Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi Kelelahan Emosional dengan gejala depresi ($p=0,038$), serta antara dimensi Depersonalisasi dengan gejala depresi ($p=0,016$).

Kata Kunci: masa kerja, *burnout*, gejala depresi

Abstract

Depression is a common mental disorder influenced by a complex interaction between social, psychological, and biological factors. One social factor related to work is *burnout*, which arises from workers' inability to meet job demands. Individual risk factors for *burnout* include length of service; the longer the service period, the greater the exposure to stress and the more physical pressure accumulates, which can trigger *burnout*. This study involved 150 respondents selected using *consecutive sampling*. The data measured were length of service, *burnout* (using the Maslach Burnout Inventory, which covers the dimensions of Emotional Exhaustion, Depersonalization, and Personal Accomplishment), and depressive symptoms (using the DASS-21). The results showed no significant relationship between length of service and depressive symptoms ($p=0,482$) or the Personal Accomplishment dimension ($p=0,198$). Conversely, there was a significant relationship between the Emotional Exhaustion dimension and depressive symptoms ($p=0,038$), and also between the Depersonalization dimension and depressive symptoms ($p=0,016$).

Keywords: length of service, *burnout*, depressive symptoms

PENDAHULUAN

Kota Jakarta dikelilingi oleh Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi, dan Cianjur, yang secara kolektif dikenal sebagai wilayah aglomerasi Jabodetabekjur. Kawasan ini menggambarkan keterpaduan pembangunan antara Jakarta dan daerah sekitarnya yang saling terhubung secara fungsional, meskipun berbeda secara administratif. Kolaborasi tersebut mendukung Jakarta sebagai pusat pertumbuhan ekonomi berskala nasional dan global. Sinkronisasi pembangunan dalam kawasan ini mencakup penyesuaian rencana tata ruang serta perencanaan pembangunan lintas kementerian, lembaga, provinsi, dan kabupaten/kota, termasuk program pengelolaan sampah, lingkungan hidup, banjir, serta infrastruktur umum yang pelaksanaannya dilakukan melalui program **Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di tingkat kelurahan DKI Jakarta** (Kompas, 2024; PERGUB DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017).

Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) Tingkat Kelurahan yang selanjutnya disingkat PPSU Tingkat Kelurahan merupakan kegiatan operasional yang dilakukan di tingkat kelurahan untuk menangani permasalahan sarana dan prasarana umum yang memerlukan penanganan segera agar tidak menimbulkan gangguan terhadap kepentingan masyarakat. Berdasarkan Pergub DKI Jakarta No. 122 Tahun 2017, petugas PPSU adalah warga negara Indonesia, diutamakan penduduk DKI Jakarta berusia minimal 18 tahun, yang bekerja berdasarkan sistem kontrak melalui Surat Perintah Kerja (SPK) dari lurah (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 122 Tahun 2017, 2017). Jumlah petugas disesuaikan dengan luas wilayah, kepadatan penduduk, dan kebutuhan kelurahan masing-masing (PERGUB DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017; Medeline et al., 2020). Keberadaan PPSU diharapkan mempercepat pelayanan publik terkait sarana dan prasarana umum agar layanan masyarakat di Jakarta menjadi lebih optimal (Khairunnisa et al., 2019).

Karakteristik pekerjaan PPSU yang menuntut kecepatan, fleksibilitas, dan intensitas tinggi menjadikan petugas berisiko mengalami tekanan psikologis yang dapat memicu depresi (Khairunnisa et al., 2019). Menurut WHO, depresi adalah gangguan mental yang ditandai **suasana hati tertekan atau hilangnya minat terhadap aktivitas dalam jangka waktu lama** (World Health Organization, 2025). Gangguan ini menempati urutan kedua penyebab kecacatan global pada tahun 2020 dan diprediksi menjadi peringkat pertama pada 2030 (Innah et al., 2021; Goodman et al., 2018). Berdasarkan Riskesdas

15 2018, prevalensi depresi pada penduduk berusia ≥ 15 tahun mencapai 6,1% (Suryaputri et al., 2022).

18 Depresi muncul akibat interaksi kompleks antara faktor sosial, psikologis, dan biologis (Remes et al., 2021; Bendassolli, 2024). Hal ini juga tercermin pada petugas PPSU yang bekerja di bawah tekanan sosial dan lingkungan fisik yang berat. Penelitian menunjukkan bahwa pekerja kebersihan memiliki prevalensi depresi yang tinggi akibat kombinasi faktor sosial (dukungan sosial rendah, stigma), psikologis (stres kerja, trauma), dan fisik (kelelahan, paparan lingkungan) (Oza et al., 2022). Beban kerja PPSU meliputi pemeliharaan jalan, saluran, taman, kebersihan, dan penerangan umum, dengan sistem kerja bergilir antara pagi, sore, dan malam (PERGUB DKI Jakarta No. 6 Tahun 2016; Aqsha et al., 2021). Kondisi ini meningkatkan risiko burnout akibat beban kerja tinggi dan ketidakpastian status kerja.

Burnout terjadi ketika tuntutan pekerjaan melebihi kapasitas adaptasi individu (Sutrisno et al., 2024; Naczenski et al., 2017). Aisyah et al. menemukan bahwa beban kerja yang tinggi memicu kelelahan pada petugas kebersihan, sedangkan Ryan et al. menegaskan bahwa kelelahan sering dianggap sebagai titik akhir stres kerja, bukan sekadar faktor risiko (Aisyah et al., 2019; Ryan et al., 2023). Faktor individu seperti usia, masa kerja, kebiasaan tidur, dan status gizi juga berperan penting dalam memicu kelelahan (Sumardiyono et al., 2023). Masa kerja menggambarkan lamanya seseorang bekerja di suatu institusi, yang dapat memengaruhi tingkat pengalaman dan adaptasi terhadap tekanan pekerjaan (Hapsari et al., 2023). Namun, penelitian menunjukkan bahwa masa kerja yang panjang dapat mempercepat timbulnya kelelahan (Utami et al., 2018; Sutrisno et al., 2024). Hingga kini, belum terdapat data yang menjelaskan secara spesifik hubungan antara masa kerja dan gejala depresi pada petugas PPSU.

12 Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara masa kerja dan burnout terhadap gejala depresi pada pekerja kebersihan PPSU tingkat kelurahan di DKI Jakarta.

3 METODE PENELITIAN

3 Penelitian ini merupakan studi analitik kuantitatif dengan desain potong lintang (cross-sectional) yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara masa kerja dan tingkat burnout terhadap gejala depresi pada pekerja kebersihan. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta Barat, dengan pengumpulan data melalui kuesioner dan wawancara terkait masa kerja. Pelaksanaan penelitian dijadwalkan pada periode September – Desember 2024.

9 Populasi penelitian adalah pekerja kebersihan dengan kriteria inklusi berupa laki-laki berusia 20–59 tahun yang bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan partisipasi (informed consent). Adapun kriteria eksklusi meliputi individu dengan riwayat diagnosis gangguan mental.

Data masa kerja dikumpulkan melalui wawancara langsung dengan responden dan dikategorikan menjadi dua kelompok, yaitu masa kerja baru (≤ 5 tahun) dan masa kerja lama (> 5 tahun).

Penilaian terhadap variabel burnout menggunakan instrumen **Maslach Burnout Inventory (MBI)** yang mencakup tiga dimensi utama, yakni **kelelahan emosional**, **depersonalisasi**, dan **penurunan prestasi pribadi**. Masing-masing dimensi diklasifikasikan ke dalam tiga tingkat keparahan berdasarkan skor MBI:

1. **Kelelahan emosional:** rendah (0–16), sedang (17–26), tinggi (≥ 27).
2. **Depersonalisasi:** rendah (0–6), sedang (7–12), tinggi (≥ 13).
3. **Prestasi pribadi:** rendah (0–31), sedang (32–38), tinggi (≥ 39).

Kelelahan emosional mencerminkan rasa letih fisik maupun psikologis akibat tekanan pekerjaan yang berkelanjutan, sedangkan depersonalisasi menggambarkan sikap sinis atau penarikan diri terhadap lingkungan kerja. Prestasi pribadi berkaitan dengan persepsi individu terhadap kemampuan dan keberhasilan diri dalam melaksanakan tugas.

Variabel gejala depresi diukur menggunakan **Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)** dengan penilaian tingkat keparahan gejala depresi yang dibagi menjadi lima kategori: normal (0–9), ringan (10–13), sedang (14–20), berat (21–27), dan sangat berat (≥ 28).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden, Burnout dan Gejala Depresi

11 Penelitian ini dilakukan pada petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta. Adanya petugas PPSU untuk mempercepat pelayanan yang berhubungan dengan sarana dan prasarana umum sehingga pelayanan kepada Masyarakat di DKI Jakarta menjadi optimal.

10 Hasil analisis univariat disajikan dalam distribusi frekuensi. Karakteristik responden dapat dilihat pada table 1.

Tabel 1

Distribusi Karakteristik Responden, *Burnout* dan Gejala Depresi

Variable	N (%)
Usia	
- Dewasa Awal (18 – 25 tahun)	7 (4,17%)
- Dewasa Muda (26 – 45 tahun)	110 (65,48%)
- Dewasa Madya (46 – 59 tahun)	51 (30,36%)
Tingkat Pendidikan	
- SD	5 (2,98%)
- SMP	24 (14,29%)
- SMA	81 (48,21%)
- SMK	46 (27,38%)
- STM	4 (2,38%)
- Kejar Paket C	3 (1,79%)
- D3	2 (1,19%)
- S1	3 (1,79%)
Masa Kerja	
- Baru (\leq 5 tahun)	47 (27,98%)
- Lama ($>$ 5 tahun)	121 (72,02%)

Kelelahan Emosional	
- Rendah (0 – 16)	135 (80,36%)
- Sedang (17 – 26)	22 (13,10%)
- Tinggi (≥ 27)	11 (6,55%)
Depersonalisasi/sinisme	
- Rendah (0 – 6)	75 (44,64%)
- Sedang (7 – 12)	28 (16,67%)
- Tinggi (≥ 13)	65 (38,69%)
Prestasi Pribadi	
- Rendah (0 – 31)	146 (86,90%)
- Sedang (32 – 38)	20 (11,90%)
- Tinggi (≥ 39)	2 (1,19%)
Gejala depresi	
- Normal (0 – 9)	166 (98,81%)
- Ringan (10 – 13)	2 (1,19%)
- Sedang (14 – 20)	0 (0%)
- Berat (21 – 27)	0 (0%)
- Sangat Berat (≥ 28)	0 (0%)

Pada penelitian ini semua responden berjenis kelamin laki – laki dengan sebagian besar pada kategori dewasa muda (26 – 45 tahun) sebesar 65,48%. Hal ini sesuai dengan syarat calon peserta pekerja Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPPSU) tingkat Kelurahan pada Peraturan Gubernur No.169 tahun 2015 yang menyatakan mengutamakan calon dengan usia produktif yaitu 18-55 tahun. Pelaksanaan PPSU tingkat kelurahan bertujuan untuk mempercepat berfungsinya lokasi atau prasarana dan sarana publik baik yang rusak, kotor dan/atau mengganggu sehingga pekerjaan ini perlu dilakukan dengan segera, tidak dapat ditunda dan lebih mengarah ke jenis pekerjaan fisik berat sehingga lebih didominasi oleh jenis kelamin laki – laki (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015, 2015).

Responden pada penelitian ini terdiri dari berbagai tingkat pendidikan yaitu dari SD sampai dengan sarjana dimana tingkat pendidikan mayoritas responden berada pada tingkat SMA atau sederajat (SMK, STM, Kejar paket C) sebanyak 134 orang (79,76%). Hasil ini didukung dengan data dari BPS Jakarta Barat pada tahun 2023 dimana

didapatkan pendidikan dominan pada area DKI Jakarta khususnya Jakarta Barat adalah SMA/SMK/ sederajat (Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat 2023, 2023).

Berdasarkan data pada tabel, Mayoritas petugas PPSU memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun (72,02%), menunjukkan tingkat retensi dan stabilitas pekerjaan yang tinggi. Sistem kerja mereka berbasis kontrak melalui SPK dari Lurah dengan jumlah petugas menyesuaikan kebutuhan tiap kelurahan. Masa kerja terbukti meningkatkan produktivitas, namun efeknya menurun seiring waktu, dengan produktivitas optimal pada masa kerja menengah (6–11 tahun). Hal ini sejalan dengan karakteristik pekerjaan PPSU yang bersifat rutin dan membutuhkan tenaga kerja berkesinambungan. (PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015, 2015; Gagliardi et al., 2022). Selain faktor masa kerja, retensi karyawan juga dipengaruhi oleh pengelolaan karir, kepuasan kerja, penghargaan yang adil, serta kerja sama tim yang solid (Kismono et al., 2022; Syafri et al., 2023). Pada petugas PPSU, perpanjangan kontrak kerja diberikan oleh Lurah tidak hanya berdasarkan kebutuhan tenaga, tetapi juga sebagai bentuk apresiasi atas kinerja yang baik. Dukungan berupa jaminan sosial dan ketenagakerjaan turut memperkuat rasa aman dan meningkatkan komitmen pekerja terhadap tugas mereka (Valentina et al., 2022).

Penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga dimensi burnout mayoritas berada pada tingkat rendah, yaitu kelelahan emosional sebesar 80,36%, depersonalisasi/sinisme 44,64% dan penurunan prestasi pribadi 86,90%. Mayoritas pekerja PPSU tergolong dalam kategori kelelahan emosional rendah (80,36%), yang berarti mereka relatif tidak mengalami tekanan psikologis berat akibat pekerjaannya. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik tugas PPSU yang lebih berfokus pada aktivitas fisik dan teknis dibanding tuntutan emosional, sehingga risiko kelelahan emosional lebih rendah dibanding profesi yang intensif dalam pelayanan. Sejalan dengan temuan Pereira dkk. pada pekerja kota, dukungan lingkungan kerja serta kepuasan kerja berperan dalam menekan gejala kelelahan emosional (Pereira et al., 2022).

Hasil analisis pada dimensi depersonalisasi/sinisme menunjukkan distribusi yang relatif bervariasi, dimana 44,64% responden berada pada kategori rendah dan 38,69% pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar pekerja masih menunjukkan keterikatan terhadap pekerjaannya, terdapat kelompok yang memperlihatkan gejala sinisme atau kejenuhan. Fenomena tersebut kemungkinan terkait

dengan karakteristik pekerjaan yang bersifat rutin, berulang, serta kurang bervariasi, sehingga berpotensi menurunkan keterlibatan emosional pekerja. Paterson dkk. menjelaskan bahwa sinisme dan kejenuhan biasanya timbul ketika pekerjaan tidak lagi dianggap memiliki makna, meskipun faktor individual seperti tingkat keterikatan terhadap pekerjaan, dapat membantu mengurangi risiko tersebut. (Paterson et al., 2024).

Dimensi prestasi pribadi menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja berada dalam kategori rendah (86,90%). Hal ini mengindikasikan bahwa pekerja PPSU cenderung merasa pencapaian pribadinya belum optimal dan belum mendapatkan penghargaan yang sebanding. Perasaan rendahnya prestasi pribadi ini bisa dipengaruhi oleh kurangnya pengakuan dari atasan maupun masyarakat, serta sifat pekerjaan yang jarang memberi kesempatan untuk menunjukkan kreativitas. Dina Pereira dkk. menyatakan bahwa minimnya faktor motivasional (seperti penghargaan, kesempatan promosi, dan kepuasan finansial) berkaitan dengan rendahnya prestasi pribadi (Pereira et al., 2022; Dyrbye et al., 2019). Meskipun pekerja PPSU tidak menunjukkan kelelahan emosional yang signifikan, mereka lebih rentan terhadap perasaan sinisme dan rendahnya prestasi pribadi. Pengakuan dari atasan atau rekan kerja serta pengalaman merasa dihargai sangat berperan dalam mencegah dampak negatif dari ketiga dimensi kelelahan ini (Renger et al., 2020).

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa sebagian besar petugas PPSU tidak menunjukkan gejala depresi, dengan hampir seluruh responden berada pada kategori normal (98,81%). Menurut Abdel-Bakky dkk., mayoritas gejala depresi cenderung ringan dan sering kali tidak terdeteksi secara maksimal, baik oleh individu yang mengalaminya maupun oleh tenaga medis (Abdel-Bakky et al., 2021). Petugas PPSU umumnya melakukan pekerjaan fisik dan operasional dengan beban emosional yang relatif ringan, yang dapat mengurangi potensi terjadinya depresi. Adila dkk. melaporkan bahwa prevalensi depresi pada pekerja sektor publik di Indonesia lebih rendah dibandingkan dengan tenaga kesehatan, meskipun masih ada faktor risiko yang perlu diperhatikan (Syamlan et al., 2022). Ketika petugas PPSU memiliki kualitas kehidupan kerja yang baik, merasa pekerjaannya bermanfaat bagi masyarakat, serta memperoleh dukungan dari rekan kerja, atasan, dan masyarakat sekitar, hal tersebut dapat berfungsi sebagai faktor pencegah depresi dan stres kerja (Pereira et al., 2022; Dong et al., 2023).

Tabel 2

Uji Statistik Hubungan Masa kerja dan *Burnout* terhadap Gejala Depresi

Variabel	Depresi		
	Normal	Depresi	p
Masa Kerja			
Baru	46 (98%)	1 (2%)	0,482*
Lama	120 (99%)	1 (1%)	
<i>Burnout</i>			
Kelelahan Emosional			
- Sedang Tinggi	31 (94%)	2 (6%)	0,038*
- Rendah	135 (100%)	0 (0%)	
Depersonalisasi/sinisme			
- Sedang Tinggi	20 (91%)	2 (9%)	0,016*
- Rendah	146 (100%)	0 (0%)	
Prestasi Pribadi			
- Sedang Tinggi	93 (100%)	0 (0%)	0,198*
- Rendah	73 (97%)	2 (3%)	

* Uji Fisher

Hubungan Masa Kerja dengan Depresi

7 Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara
 19 masa kerja dengan kejadian depresi ($p=0,482$). Baik responden dengan masa kerja baru
 maupun lama memiliki proporsi depresi yang relatif sama dimana masa kerja baru 2%
 dan masa kerja lama 1%. Temuan ini memperlihatkan bahwa lamanya seseorang bekerja
 sebagai petugas PPSU tidak menjadi faktor dominan dalam memengaruhi kondisi
 psikologis, khususnya depresi. Hal ini sejalan dengan penelitian Paul pada petugas polisi
 Inggris menyatakan pengaruh masa kerja terhadap depresi tetap konstan di berbagai
 sektor (Gullon-Scott et al, 2022). Pandangan lain dari penelitian Kinasih pada petugas

kebersihan Kabupaten Banjarnegara menunjukkan adanya hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja yang dapat menimbulkan gejala depresi (Kinasih et al., 2023).

Masa kerja merupakan jangka waktu seorang pekerja menjalin hubungan kerja dengan instansi atau perusahaan, yang tidak hanya mencerminkan pengalaman, tetapi juga tingkat paparan terhadap faktor risiko psikologis. Seiring bertambahnya masa kerja, pekerja cenderung memiliki pemahaman dan kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap tuntutan pekerjaan. Namun, durasi kerja yang panjang juga meningkatkan paparan terhadap beban fisik dan mental yang dapat memicu kelelahan kerja serta gejala depresi (Abdel-Bakky et al., 2021; Edú-Valsania et al., 2022). Pada pekerja PPSU, hubungan antara masa kerja dan depresi bersifat dinamis karena setiap tahap masa kerja memiliki tekanan psikologis yang berbeda. Pekerja dengan masa kerja singkat biasanya masih berada pada tahap penyesuaian terhadap lingkungan kerja, beban tugas yang berat, serta menghadapi ketidakpastian status kontrak, yang dapat menimbulkan stres adaptasi, kecemasan, dan menurunnya kesejahteraan mental akibat minimnya pengalaman serta dukungan sosial.

Sementara itu, pekerja dengan masa kerja menengah cenderung menunjukkan produktivitas optimal, tetapi mulai rentan mengalami burnout karena sifat pekerjaan yang monoton, rutinitas tanpa variasi, serta terbatasnya peluang pengembangan karier. Kondisi burnout yang tidak tertangani dapat berkembang menjadi depresi akibat kelelahan emosional dan hilangnya makna kerja. Adapun pada masa kerja panjang, risiko depresi tidak selalu lebih tinggi maupun lebih rendah dibanding pekerja baru, melainkan dipengaruhi oleh faktor kontekstual seperti tuntutan pekerjaan, tingkat kontrol terhadap tugas, dukungan sosial, dan strategi koping yang dimiliki (Hidayati et al., 2023). Dengan demikian, kesejahteraan psikologis pekerja PPSU lebih ditentukan oleh kualitas lingkungan kerja dan dukungan sosial yang diterima dibanding lamanya masa kerja semata, sehingga diperlukan pendekatan manajemen kerja yang memperhatikan keseimbangan beban fisik, dukungan emosional, serta kesempatan pengembangan diri pada setiap fase masa kerja.

Hubungan Kelelahan Emosional dengan Depresi

Analisis hasil penelitian menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara kelelahan emosional dan munculnya gejala depresi ($p=0,038$), di mana pekerja dengan tingkat kelelahan emosional sedang hingga tinggi lebih rentan mengalami depresi dibandingkan mereka yang memiliki tingkat kelelahan rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa akumulasi tekanan psikologis akibat tuntutan pekerjaan yang berulang dapat berkontribusi terhadap penurunan kesejahteraan mental. Kelelahan emosional sendiri merupakan salah satu aspek utama dari sindrom burnout yang ditandai oleh rasa jenuh, kehilangan energi, dan berkurangnya kemampuan adaptasi terhadap lingkungan kerja. Kondisi tersebut dapat mengganggu fungsi emosional dan kognitif individu, serta menurunkan efektivitas dalam menghadapi stres kerja (Edú-Valsania et al., 2022).

Hubungan antara kelelahan emosional dan depresi pada pekerja lapangan seperti petugas PPSU tidak hanya dipengaruhi oleh beban kerja fisik, tetapi juga oleh faktor psikososial di tempat kerja. Kurangnya penghargaan terhadap hasil kerja, keterbatasan kesempatan pengembangan diri, serta ekspektasi tinggi dari masyarakat dapat memperkuat tekanan emosional yang dirasakan pekerja. Ketika kondisi ini berlangsung terus-menerus tanpa adanya sistem dukungan yang memadai, individu akan lebih rentan mengalami kelelahan psikologis yang akhirnya memicu gejala depresi.

Rendahnya dukungan organisasi dan tingginya tuntutan kerja menjadi faktor penting yang meningkatkan risiko depresi pada petugas PPSU. Hal ini sesuai dengan meta-analisis yang dilakukan pada berbagai penelitian menemukan hubungan yang kuat antara burnout dan depresi, khususnya pada dimensi kelelahan emosional dengan nilai korelasi mendekati $r = 0,546$. Temuan ini menekankan pentingnya penerapan intervensi preventif yang berfokus pada pengelolaan stres emosional di tempat kerja (Meier & Kim, 2021; Chaves-Montero et al., 2025). Upaya yang dapat dilakukan meliputi peningkatan dukungan sosial antarpekerja, penyediaan layanan konseling, pelatihan manajemen stres, serta penguatan resiliensi individu melalui pendekatan mindfulness dan cognitive reappraisal. Bagi petugas PPSU, strategi ini diharapkan mampu menekan tingkat kelelahan emosional sehingga risiko depresi dapat diminimalkan, sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis dan produktivitas kerja (Wu et al., 2025).

Hubungan Depersonalisasi dengan Depresi

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara depersonalisasi dan depresi ($p = 0,016$). Hal ini mengindikasikan bahwa depersonalisasi berhubungan signifikan dengan peningkatan risiko depresi. Individu dengan tingkat depersonalisasi sedang hingga tinggi cenderung lebih rentan mengalami depresi. Depersonalisasi, yang ditandai oleh sikap sinis, penarikan diri secara emosional, serta menurunnya empati terhadap pekerjaan maupun rekan kerja, dapat memperburuk kondisi psikologis pekerja (Edú-Valsania et al., 2022).

Menurut Michal dkk., depersonalisasi dapat meningkatkan kerentanan terhadap depresi karena pekerja merasa kehilangan makna dalam pekerjaannya dan sering kali menggunakan strategi pengelolaan emosi yang tidak adaptif (Michal et al., 2024). Depersonalisasi memiliki hubungan yang erat dengan munculnya gejala depresi pada petugas PPSU. Sebagai bagian dari dimensi burnout, depersonalisasi ditandai dengan sikap menjauh secara emosional, hilangnya empati, dan munculnya pandangan sinis terhadap pekerjaan maupun masyarakat yang dilayani (Koutsimani et al., 2019). Petugas PPSU dengan tekanan kerja yang tinggi, rutinitas tugas yang monoton, serta interaksi sosial yang sering kali disertai tuntutan emosional dari lingkungan. Paparan stres kerja yang berkelanjutan tanpa dukungan sosial dan psikologis yang memadai menyebabkan pekerja kehilangan makna dan kepuasan dalam bekerja, yang pada akhirnya meningkatkan risiko depresi.

Petugas PPSU dengan tingkat depersonalisasi sedang hingga tinggi lebih rentan mengalami depresi karena mereka cenderung menarik diri dari hubungan sosial dan kehilangan rasa keterikatan terhadap pekerjaan. Kondisi ini diperparah oleh beban fisik berat, paparan lingkungan kerja yang keras, serta ketidakpastian status kerja. Ketika pekerja mulai merasa tidak dihargai atau tidak mendapatkan dukungan emosional yang cukup, depersonalisasi berpotensi meningkat dan memperburuk kondisi psikologis mereka. Untuk mencegah hal tersebut, diperlukan pendekatan yang menitikberatkan pada peningkatan dukungan sosial di tempat kerja, pelatihan regulasi emosi, serta penyediaan layanan konseling dan penguatan resiliensi mental. Dengan demikian, petugas PPSU dapat menjaga keseimbangan emosional, meningkatkan rasa keterikatan terhadap pekerjaan, serta menurunkan risiko depresi yang berkaitan dengan depersonalisasi dan tekanan kerja jangka panjang.

Hubungan Prestasi Pribadi dengan Depresi

2 Berbeda dengan dua dimensi burnout lainnya, aspek penurunan prestasi pribadi ternyata tidak menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik dengan tingkat depresi ($p = 0,198$). Temuan ini mengindikasikan bahwa persepsi individu terhadap kurangnya pencapaian, rasa tidak kompeten, atau penilaian negatif terhadap kinerja diri dalam lingkungan pekerjaan tidak selalu berkontribusi secara langsung terhadap munculnya gejala depresi. Dengan kata lain, meskipun seseorang merasa kurang berhasil dalam pekerjaannya, kondisi tersebut belum tentu berkembang menjadi depresi, sehingga faktor lain di luar persepsi prestasi pribadi kemungkinan lebih dominan dalam memengaruhi timbulnya gejala depresi.

Rendahnya prestasi pribadi tidak selalu berkorelasi langsung dengan munculnya gejala depresi, karena terdapat faktor-faktor protektif yang mampu mereduksi dampak negatif dari kondisi tersebut. Faktor protektif tersebut meliputi dukungan sosial dari rekan kerja dan lingkungan sekitar, pengakuan atau penghargaan dari organisasi maupun masyarakat, serta kemampuan individu dalam menerapkan strategi coping yang adaptif. Sejalan dengan temuan Salmela-Aro dan Upadyaya, meskipun penurunan prestasi pribadi dapat menurunkan motivasi dan keterlibatan kerja, kondisi tersebut tidak secara otomatis berkembang menjadi depresi apabila individu memiliki sumber daya psikososial yang memadai, seperti optimisme, resiliensi, dan dukungan sosial yang kuat (Salmela-Aro & Upadyaya, 2018).

Dukungan sosial, baik yang bersumber dari rekan kerja, atasan, maupun keluarga, berfungsi sebagai buffer terhadap stres kerja dengan menyediakan bantuan emosional, instrumental, serta umpan balik konstruktif yang membantu individu menafsirkan kembali pengalaman kegagalan tanpa merusak harga diri. Bentuk dukungan ini memberikan rasa dihargai dan diterima, yang pada akhirnya menurunkan intensitas serta penyebaran gejala depresi (Salvagioni et al., 2017). Selain itu, penghargaan dan pengakuan baik formal maupun informal dari organisasi atau masyarakat memiliki peran penting dalam mempertahankan harga diri individu. Penghargaan tersebut memperkuat rasa optimisme dan keyakinan terhadap nilai diri di luar pencapaian kerja, serta berfungsi sebagai penyeimbang terhadap persepsi negatif yang timbul akibat kegagalan (Chaves-Montero et al., 2025).

Resiliensi dan strategi coping adaptif (misalnya problem-focused coping, regulasi emosi, atau pencarian dukungan) mampu membantu individu menghadapi stresor kerja dengan lebih efektif. Individu yang tangguh cenderung menafsirkan kegagalan sebagai hal yang bersifat sementara dan spesifik, bukan sebagai cerminan kegagalan diri secara keseluruhan. Hal ini mencegah terbentuknya pola pikir negatif yang dapat memicu depresi. Penelitian oleh Di Trani et al. juga menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan negatif dengan depresi serta memperkuat persepsi terhadap prestasi pribadi, sehingga meningkatkan kemampuan individu untuk bangkit dari tekanan kerja dan mengurangi risiko timbulnya gejala depresi (Di Trani et al., 2021).

SIMPULAN

Pada penelitian ini semua responden berjenis kelamin laki – laki. Sebagian besar responden tergolong dewasa muda, berpendidikan mayoritas SMA dan memiliki masa kerja lebih dari lima tahun, mencerminkan stabilitas dan retensi kerja yang baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas petugas PPSU di Kecamatan Cengkareng memiliki tingkat burnout dan gejala depresi yang relatif rendah. Hasil analisis mengindikasikan bahwa dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi pada petugas PPSU, sedangkan dimensi penurunan prestasi pribadi tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Adanya faktor protektif seperti dukungan sosial, penghargaan atas kinerja, resiliensi, serta kemampuan coping adaptif berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis individu dan menurunkan dampak negatif dari stres kerja kronis.

REFERENSI

1. Abdel-Bakky, M., Amin, E., Faris, T., & Abdellatif, A. (2021). Mental depression: Relation to different disease status, newer treatments and its association with COVID-19 pandemic (Review). *Molecular Medicine Reports*, 24(6). <https://doi.org/10.3892/mmr.2021.12479>
2. Aisyah, St., Fachrin, S. A., Haeruddin, H., & Rahman, I. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Petugas Kebersihan Di Rumah Sakit Dr.

- Tadjuddin Chalid Kota Makassar. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 256–265. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.185>
3. Aqsha, N.M., Pristya, T.Y.R., Maharani, F.T., & Utari, D. (2021). DETERMINAN KEJADIAN KECELAKAAN KERJA PADA PETUGAS PENANGANAN PRASARANA DAN SARANA UMUM (PPSU). *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(4), 155–155. <https://doi.org/10.29406/jkmk.v8i4.3010>
 4. Bendassolli, P. F. (2024). Work and depression: A meaning-making perspective. *Culture & Psychology*. <https://doi.org/10.1177/1354067x241226452>
 5. Chaves-Montero, A., Blanco-Miguel, P., & Belén Ríos-Vizcaíno. (2025). Analysis of the Predictors and Consequential Factors of Emotional Exhaustion Among Social Workers: A Systematic Review. *Healthcare*, 13(5), 552–552. <https://doi.org/10.3390/healthcare13050552>
 6. Di Trani, M., Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., & Frigo, M. G. (2021). From Resilience to Burnout in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>
 7. Dong, Y., Zhu, Q., Chang, R., Wang, R., Cai, Y., & Huang, H. (2023). Association between work stress and mental health in Chinese public health workers during the COVID-19 epidemic: mediating role of social support and self-efficacy. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1236645>
 8. Dyrbye, L. N., West, C. P., Johnson, P. O., Cipriano, P. F., Beatty, D. E., Peterson, C., Major-Elechi, B., & Shanafelt, T. (2019). Burnout and Satisfaction With Work–Life Integration Among Nurses. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 61(8), 689–698. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001637>
 9. Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1–27. NCBI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
 10. Gagliardi, N., Grinza, E., & Rycx, F. (2022). Workers' tenure and firm productivity: New evidence from matched employer-employee panel data. *Industrial Relations: A Journal of Economy and Society*, 62(1). <https://doi.org/10.1111/irel.12309>
 11. Goodman, R. J., Samek, D. R., Wilson, S., Iacono, W. G., & McGue, M. (2018). Close relationships and depression: A developmental cascade approach. *Development and Psychopathology*, 31(04), 1451–1465. <https://doi.org/10.1017/s0954579418001037>
 12. Gullon-Scott, P., & Longstaff, L. (2022). The prevalence of depression, anxiety, stress and their relationship to length of service in the UK police force. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles*, 97(1), 0032258X2211408. <https://doi.org/10.1177/0032258x221140813>
 13. Hapsari, K. V., Lestantyo, D., & Ekawati, E. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental, Usia, dan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Pegawai Kantor Bea Cukai Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 385 - 398. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i4.40514>

14. Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>
15. Innah, M., Muhammad Khidri Alwi, Fatmah Afrianty Gobel, & Abbas, H. H. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Penjahit Pasar Sentral Bulukumba. *Window of Public Health Journal*, 471–481. <https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.160>
16. Khairunnisa, C., Yasin, Y., & Irawaty. (2019). ANALISIS KINERJA PETUGAS PPSU DALAM MENGOPTIMALKAN PELAYANAN KEPADA MASYARAKAT DI KELURAHAN BALEKAMBANG. *Administratie:Jurnal Administrasi Publik (AJAP)*, 2(1), 22–29. <https://ojs.unida.ac.id/AJAP/article/view/2369>
17. Kinasih, R.W., Kurniawan, B., Ekawati. (2023). Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja Subektif pada Petugas Kebersihan Kabupaten Banjarnegara. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 22(4), 223–227. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.4.223-227>
18. Kismono, G., & Suropto, B. (2022). Career Management and Employees Retention in Professional Service Organizations: An Empirical Study from Indonesia. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 9(8), 169–181. <https://doi.org/10.13106/jafeb.2022.vol9.no8.0169>
19. Kompas, T. H. (2024, April 24). *Menjadi Kota Global, Jakarta Wajib Penuhi Parameter Ekonomi Mapan Tingkat Dunia*. Kompas.id. <https://www.kompas.id/artikel/jakarta-menggapai-kota-global>
20. Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The Relationship Between Burnout, Depression, and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(284). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>
21. Medeline, A., Suwondo, A., & Jayanti, S. (2020). Perbedaan Kelelahan Kerja pada Penanganan Prasarana dan Sarana Umum dengan Karakteristik Lingkungan yang Berbeda. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 19(2), 152–157. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.2.152-157>
22. Meier, S. T., & Kim, S. (2021). Meta-regression analyses of relationships between burnout and depression with sampling and measurement methodological moderators. *Journal of Occupational Health Psychology*. <https://doi.org/10.1037/ocp0000273>
23. Michal, M., Jörg Wiltink, Tibubos, A. N., Wild, P. S., Münzel, T., Lackner, K., Pfeiffer, N., Jochem König, Gieswinkel, A., Beutel, M., & Jasmin Ghaemi Kerahrodi. (2024). Impact of depersonalization on the course of depression: longitudinal observations from the gutenber health study. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05658-7>
24. Naczenski, L. M., de Vries, J. D., van Hooff, M. L. M., & Kompier, M. A. J. (2017). Systematic review of the association between physical activity and burnout. *Journal of Occupational Health*, 59(6), 477–494. <https://doi.org/10.1539/joh.17-0050-ra>

25. Oza, H. H., Lee, M. G., Boisson, S., Pega, F., Medlicott, K., & Clasen, T. (2022). Occupational health outcomes among sanitation workers: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 240, 113907. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2021.113907>
26. Paterson, C., Davis, D., Roberts, C., Bail, K., Wallis, E., Northam, H. L., Frost, J., Jojo, N., McGrory, C., A. Dombkins, & Kavanagh, P. S. (2024). Sense of coherence moderates job demand-resources and impact on burnout among nurses and midwives in the context of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey. *Journal of Advanced Nursing*. <https://doi.org/10.1111/jan.16125>
27. Pereira, D., Leitão, J., & Ramos, L. (2022). Burnout and Quality of Work Life among Municipal Workers: Do Motivating and Economic Factors Play a Mediating Role? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013035>
28. PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 122 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/59537>
29. PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 169 Tahun 2015. (2015). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/229959/pergub-prov-dki-jakarta-no-169-tahun-2015>
30. PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 6 Tahun 2016. (2016). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/21690>
31. PERGUB Prov. DKI Jakarta No. 7 Tahun 2017. (2017). Database Peraturan | JDIH BPK. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/61133>
32. Remes, O., Mendes, J. F., & Templeton, P. (2021). Biological, psychological, and social determinants of depression: A review of recent literature. *Brain Sciences*, 11(12), 1–33. <https://doi.org/10.3390/brainsci11121633>
33. Renger, D., Miché, M., & Casini, A. (2020). Professional Recognition at Work. *Journal of Occupational & Environmental Medicine*, 62(3), 202–209. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001782>
34. Ryan, E., Hore, K., Power, J., & Jackson, T. (2023). The relationship between physician burnout and depression, anxiety, suicidality and substance abuse: A mixed methods systematic review. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1133484>
35. Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2018). Role of demands-resources in work engagement and burnout in different career stages. *Journal of Vocational Behavior*, 108, 190–200. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.08.002>
36. Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. de. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, 12(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>
37. Statistik Kesejahteraan Rakyat Kota Administrasi Jakarta Barat 2023. (2023). Badan Pusat Statistik Kota Administrasi Jakarta Barat. https://barat.jakarta.go.id/batik/storage/layanan/astik/statistik/Statistik_Kesejahteraan_Rakyat_Kota_Administrasi_Jakarta_Barat_2023.pdf.

38. Sumardiyono, S., Rochmah, S.C., & Rinawati, S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penyapu Jalan Di Kota Surakarta. *Journal of Applied Agriculture Health and Technology*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.20961/jaht.v2i1.594>
39. Suryaputri, I. Y., Mubasyiroh, R., Idaiani, S., & Indrawati, L. (2022). Determinants of Depression in Indonesian Youth: Findings From a Community-based Survey. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 55(1), 88–97. <https://doi.org/10.3961/jpmp.21.113>
40. Sutrisno, S., Soesanto, E., Indanah, I., Yulisetyaningrum, Y., & Faiqh Albyn, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Burnout Pada Pekerja Lepas Pantai (Offshore). *Medical : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(1), 47–61. <https://doi.org/10.69836/medical-jkk.v1i1.82>
41. Syafri, M., Ginting, J. V. B., Feriyadin, Darwis, & Budiarto, B. W. (2023). The Influence Of Job Satisfaction, Career Development And Teamwork On Employee Retention In Government-Owned Cultural Destinations. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)*, 9(6), 2531-2536. <https://doi.org/10.35870/jemsi.v9i6.1654>
42. Syamlan, A. T., Salamah, S., Alkaff, F. F., Prayudi, Y. E., Kamil, M., Irzaldy, A., Karimah, A., Postma, M. J., Purba, F. D., & Arifin, B. (2022). Mental health and health-related quality of life among healthcare workers in Indonesia during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 12(4), e057963. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057963>
43. Utami, N. N., Riyanto, R., Evendi, A. (2018). Hubungan Antara Usia dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Industri Rumah Tangga Peleburan Aluminium di Desa Eretan Kulon Kabupaten Indramayu. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 69–71. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v3i2.20>
44. Valentina, A., Rahman, A., Mawar, M., & Amalia, T. (2022). Pengaruh Motivasi Terhadap Kinerja Petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum di Kelurahan Lebak Bulus. *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)*, 4(1), 15–34. <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i1.16345>
45. World Health Organization. (2025, August 29). *Depressive disorder (depression)*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
46. Wu, Y., Ban, Y., Pan, G., Yao, M., Liu, L., Chen, T., & Wu, H. (2025). Effects of online mindfulness-based stress reduction training on depression and anxiety symptoms among psychiatric healthcare workers in a randomized controlled trial: the mediating role of emotional suppression. *BMC Psychiatry*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06967-1>.