

LAMPIRAN I : Cover Jurnal Ilmiah Kesehatan

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

JURNAL ILMIAH KESEHATAN

**Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Mohammad Husni Thamrin**

Jl. H. Bokir Bin Dji'un (dh. Raya Pd. Gede) No.23-25, Dukuh, Kramat jati,
Jakarta Timur 13550

email: ojslppmumht@gmail.com

website: journal.thamrin.ac.id

LAMPIRAN II : Daftar Isi Edisi Terbit Manuskrip Publikasi “Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan”

e-ISSN: 2615-0231, p-ISSN: 2656-3190

JURNAL ILMIAH KESEHATAN
A PEER REVIEWED AND OPEN ACCESS JOURNAL

Published by
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas MH Thamrin

HOME CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS ABOUT - Q SEARCH

HOME ARCHIVES Vol. 18 No. 1 (2026): Jurnal Ilmiah Kesehatan

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

DOI: <https://doi.org/10.37012/jik.v18i1>

PUBLISHED: 2026-01-25

ARTICLES

Pendekatan Caring Menurut Jean Watson Pada Pasien Yang Sialit Berjalani Pengobatan: Literature Review
Merlika, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
<https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.7405> 1-7

Theraphylla Malika Manuara, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Mentari Devi Puri Juliyanti, Indonesia
Puri Kurnia Ramadhani, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Clara Radwaning Anugrahini, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Elga Maylina, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Adella Septiana, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Selvia Gusmanawati, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Akhinda Lulu Oktavia, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Falya Helviana Agustin, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Ragha Agustin, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Yam Mumaba, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
Puri Nurul Akh, Institut Kesehatan Rajawali, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 1 PDF download: 13

Hubungan Paparan Suara Bising dari Sound Horeng dengan Kejadian Vertigo pada Masyarakat di Kota/Kabupaten Malang
Vivierella Maria Hana, Saqib Fatholli Kholi, RSD Luwung, Indonesia
Ruoseno Setyanegara, Fakultas Kesehatan Universitas Opatara Surabaya, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 0 PDF download: 5

The Effect of Hypnotherapy on Work Stress Reduction Among Employees in a Private Company in West Jakarta, Indonesia
Baribang Adhy Prasasti, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
Nur Anand Djalil, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
Titi Indriyani, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 0 PDF download: 2

Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan
Juni Chudik, R. Yulisti, Indonesia
Verward Sudarna, Universitas Trusmi, Indonesia
<https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026>
Francisca Chandra, Universitas Trusmi, Indonesia
<https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026>
Anni Handayani, Universitas Trusmi, Indonesia
<https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026>
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 1 PDF download: 1

The Role of Hypnotherapy in Reducing Anxiety and Enhancing Work Motivation among Employees: A Physiological Study of Clients at Raniati Terapi Kita Hypnotherapy Center
Pernama Roponingsi Dalam, Manganti Paamanan Dan Mentingistikan Masalah Kerja Pada Karyawan: Studi Fenomenologi
Elisa Di Ramah Terapi Kita Roponingsi
Sofiana Dewi Indarti, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
Ajeng Titik Endarti, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
Lili Hari Mita Gultu, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 0 PDF download: 5

Literature Review: Perbedaan Pengambilan Keputusan Antara Individu Hoarding Disorder dan Obsessive-Compulsive Disorder
Stephen Iskanda, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia
Enar Fransiska Wijaya, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia
Ardi Sanjaya, Indonesia
Jaka Widi Gurahdi, Universitas Kristen Maranatha, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 0 PDF download: 4

Pengaruh Diet Obat Menggunakan Metode ABC-Wen di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Unwan di: Abdul Radjak Perambarta
Lili Hari Mita Gultu, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
Arif Rachana, Universitas Muhammadiyah Hauri Thamrin, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 1 PDF download: 2

Analisis Falsafah dan Organoleptik Instansi Berbasis Tepung Kacang Merah dan Sari Apel untuk Prevalensi Diabetes Mellitus
Anella Fibria Dewi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia
Afyia Husna Nabila, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia
Aan Sofyan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia
DOI: [10.37012/jik.v18i1.2026](https://doi.org/10.37012/jik.v18i1.2026) PDF Abstract View: 0 PDF download: 5 PDF download: 5 Ethical Clearance download: 2

PDF ETHICAL CLEARANCE

NAME A SUBMISSION

SERTIFIKAT

ADDITIONAL MENU

EDITORIAL TEAM

REVIEWER

PEER REVIEW PROCESS

FOCUS AND SCOPE

AUTHOR GUIDELINE

AUTHOR FEES

PUBLICATION FREQUENCY

PUBLICATION ETHICS

COPYRIGHT NOTICE

PLAGIARISM POLICY

REFERENCES MANAGEMENT

OPEN ACCESS POLICY

JOURNAL TEMPLATE

TOOLS

MENDELEY

turnitin

INDEXED BY:

sinta

GARUDA

Dimensions

Crossref

DOAJ

VISITOR STATISTIC

Information Center

View My Stats

INFORMATION

For Readers

For Authors

For Librarians

The Relationship Between Knowledge and Attitudes Towards Employee Behavior in Completeness of Electronic Medical Record Filling at Cibatu Community Health Center
Rubangan Pengabdian Dan Slop Terhadap Perilaku Pegawai Dalam Kelengkapan Pengisian Rekam Medis Elektronik Di Puskesmas Cibatu

Malik Mawar, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

91-100

Nur Anind Djaali, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Lili Heli Mik Cicik, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3080 [\[Abstract View: 2\]](#) [\[pdf download: 2\]](#)

[PDF](#)

The Relationship Between Health Promotion and Health Service Facilities with Patient Satisfaction at Halika Clinic Purwokerto

Rubangan Promosi Kesehatan dan Fasilitas Pelayanan dengan Kepuasan Pasien di Klinik Halika Purwokerto

Hevi Kuntini, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

101-114

Titi Indiyanti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Brian Sri Prabhastuti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3082 [\[Abstract View: 2\]](#) [\[pdf download: 2\]](#)

[PDF](#)

Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Pemberian Air Elektrolit pada Bayi Usia 6-24 Bulan di Poyandu Kelurahan Bojong Baru

Charlita Lusiana, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

115-128

Kartika Wandiati, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3083 [\[Abstract View: 1\]](#) [\[pdf download: 2\]](#)

[PDF](#)

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

sweta aka rifkanti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

129 - 138

Kartika Wandiati, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3084 [\[Abstract View: 1\]](#) [\[pdf download: 1\]](#)

[PDF](#)

Analysis of Patient Satisfaction in the Inpatient Unit at Permata Dalima Hospital, Serpong

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

Noviana Indah Susanti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

140 - 151

Nur Anind Djaali, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Ajeng Tia Endarti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3107 [\[Abstract View: 0\]](#) [\[pdf download: 0\]](#)

[PDF](#)

Prostate Specific Antigen Is An Indicator of Prostate Cancer Improvement at Dharmala Cancer Hospital, Literature Review and Secondary Data

Brian Sri Prabhastuti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

152 - 167

Herlina Pui Siti Insaati, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Lili Mik Heli Cicik, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3073 [\[Abstract View: 0\]](#) [\[pdf download: 1\]](#)

[PDF](#)

Hubungan Body Image, Emotional Eating, Pengaruh Tensej Sebaya, Aktivitas Fisik, dan Pola Konsumsi Fast Food Terhadap Status Gizi Siswa di SMAN 64 Jakarta

Ratna Mutu Manikara, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

168-175

Karlina Agustia, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Sherret Santoso Kurniawan, Indonesia

Anissa Nurita Angerti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3110 [\[Abstract View: 1\]](#) [\[pdf download: 1\]](#)

[PDF](#)

Pembuatan Serbuk Daun Kelor pada Pembuatan Dawet Tinggi Senas Pangan sebagai Selingan Antiobesitas

Dhea Marlina Salubilla, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

176-184

Ratna Mutu Manikara, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3070 [\[Abstract View: 2\]](#) [\[pdf download: 4\]](#)

[PDF](#)

Hubungan Antara Depresi dan Status Gizi pada Lansia

Francisca Chandra, Universitas Trisakti, Indonesia

185-194

Ineys Dwikota Arjendia, Universitas Trisakti, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3079 [\[Abstract View: 2\]](#) [\[pdf download: 2\]](#)

[PDF](#)

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

Rita Fitriyanti, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

195 - 207

Ruth Agustina Prihantina, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

Sherret Santoso Kurniawan, Universitas Mohammad Husein Thamrin, Indonesia

DOI: 10.37012/jk.v1i81.3105 [\[Abstract View: 0\]](#) [\[pdf download: 0\]](#)

[PDF](#)

LAMPIRAN III : Editorial Team

ISSN: 2791-0211 p-ISSN: 2656-1191

ajarkesbud

JURNAL ILMIAH KESEHATAN

A PEER REVIEWED AND OPEN ACCESS JOURNAL

Published by
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mii Thamrin

HOME CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS ABOUT

Q SEARCH

HOME Editorial Team

Editorial Team

Chief in Editor

Dr. Titi Indriyani, S.Ef., M.Epid., Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia

Editorial Board Member


Husniyati Nuraini, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Anis Tini Abeng, DOK, M. Kes., Universitas Pabangkepaya, Indonesia
Hani Fauzanto Nugroho, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Reni Subriati, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

Reviewers Acknowledgement

Kusnitasari Kusnitasari, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia
Sudarto Roscaendosojo, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia
Satrio Priyo Hartono, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia
Yisou Setiawati, Institut Medika Drg. Sahiman, Indonesia
Sinae Sri Pohanayati, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Hanswati Ampun, Universitas Hassanudin Makassar, Indonesia
Hus Anisati Djuali, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Dey Kusrianto, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajawali Bandung, Indonesia
Ajeng Tari Endang, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Sofia Delfida, Poltekkes Kesmas Jambi, Indonesia
Elis Susanti, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Titi Indriyani, Universitas Mohammad Hani Thammis, Indonesia
Arikah Purnakati, Program Studi DIII Keperawatan Universitas Mohammad Hani Thammis, 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

- MENDELEY
- turnitin

INDEXED BY:

- sinta
- GARUDA
- Dimensions
- Crossref
- DOAJ

VISITOR STATISTIC



INFORMATION

- For Readers
- For Authors
- For Librarians

LAMPIRAN IV : Manuskrip Publikasi “Hubungan Masa Kerja dan Burnout terhadap Gejala Depresi pada Pekerja Kebersihan”

Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol 18 (1) Maret 2026
Page: 32 - 42

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

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 (Edu-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 ($r=0,546$) (Meier & Kim, 2021; Edu-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 (Edü-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-Vizcaino. (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>.

- Edu-Valsania, S., Laguia, 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., & Suripto, 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 | JDIIH 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 | JDIIH 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>.

LAMPIRAN V : Bukti Komunikasi dengan Team Editorial Jurnal

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 → (<i>n=150</i>)• 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 iustificasi kenapa masa kerja dipilih sebagai variabel	

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

- 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

LAMPIRAN VI : Bukti Turnitin



Page 1 of 22 - Cover Page

Submission ID trn:oid::3618:115845155

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



Page 1 of 22 - Cover Page

Submission ID trn:oid::3618:115845155




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	jdih.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%

8

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

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

6

^{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

17

14

5

23

13

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

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.

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%)

4

21

16

1

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; Edu-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 bermkana 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 (Edu-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/jkkm.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 Rios-Vizcaino. (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., Medicott, 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/jpmph.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 Alumunium 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>.

