

## Occupational Mental Health pada pekerjaan dan tempat kerja spesifik : Scoping Review

Dian Fithriwati Darusmin<sup>1\*</sup>, Seger Handoyo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Airlangga, Indonesia

\* [dian.fithriwati.darusmin-2023@psikologi.unair.ac.id](mailto:dian.fithriwati.darusmin-2023@psikologi.unair.ac.id)

### ABSTRACT

Mental health in the workplace has become an important issue in the last ten years. Occupational Mental Health (OMH) is part of the practical applied science in the field of Occupational Health Psychology that examines various aspects of creating a psychologically healthy work environment and wellbeing. This study aims to 1. Explain the scope of previous research on similar themes, 2. Identify themes related to job stress and workplace. This research method uses a scoping review to gain a comprehensive understanding of the OMH theme in various jobs and workplaces with the PRISMA ScR Protocol from the Joanna Briggs Institute (JBI) 2017. The process of selecting articles based on inclusion criteria is described in the form of a PRISMA flow diagram. The literature search sources come from Scopus, Web of Science, PubMed, and EBSCO databases. The results show that topics in Occupational Mental Health studies include 1. stress, trauma, and burnout, 2. Wellbeing and wellness, 3. Job-related stress, 4. General mental health issues. The occupations or professions studied in OMH articles are 1. medical workers, 2. teachers, 3. high-risk occupations, 4. public services, and 5. Industry. This scoping review provides conclusions about various research already conducted on the topic of OMH in various jobs and workplaces. There are 14 studies included in the discussion about OMH and can be used as future insights in similar research areas, namely at the level of specific employees and work situations.

**Keywords:** occupational mental health, scoping review, workplace, specific jobs

### ABSTRAK

Kesehatan mental di tempat kerja menjadi isu penting dalam sepuluh tahun terakhir. Occupational Mental Health (OMH) adalah kajian di area Occupational Health Psychology terkait beragam rubrik tentang bagaimana membangun kesehatan mental di tempat kerja. Studi literatur ini memiliki tujuan 1. Menjelaskan cakupan tema riset – riset sebelumnya di kajian OMH, 2. Mengidentifikasi tema terkait stres di pekerjaan dan tempat kerja. Metode penelitian ini menggunakan scoping review untuk mendapatkan pemahaman komprehensif tentang tema OMH di beragam pekerjaan dan tempat kerja dengan PRISMA ScR Protokol dari Joanna Briggs Institute (JBI) 2017. Proses seleksi artikel sesuai kriteria inklusi digambarkan dalam bentuk PRISMA flow diagram. Sumber pencarian literatur berasal dari Scopus, Web of Science, Pubmed dan Ebsco database. Hasil telaah menunjukkan topik – topik dalam kajian occupational mental health meliputi 1. stress, trauma dan burnout, 2. Wellbeing dan wellness, 3. Job related stress, 4. General mental health issues. Pekerjaan atau profesi yang ditelaah dalam artikel OMH adalah 1. pekerja medis, 2. guru, 3. pekerjaan berisiko tinggi, 4. pelayanan publik, dan 5. industri. Scoping review ini memberikan simpulan tentang beragam riset yang sudah dilakukan pada topik OMH di beragam pekerjaan dan tempat kerja. Terdapat 14 riset yang disertakan setelah melalui proses seleksi artikel ketat ke dalam diskusi tentang OMH. Peneliti menyarankan berbagai tema riset inspiratif di masa depan pada kajian OMH pada level pekerja dan situasi pekerjaan spesifik.

**Kata kunci:** occupational mental health (OMH), scoping review, tempat kerja, pekerjaan spesifik

## Pendahuluan

World Health Organization (WHO) menyatakan kesehatan mental adalah suatu keadaan yang menunjukkan kesejahteraan (*well-being*), terhindar dari kondisi yang menggerus kesejahteraan dan mampu melakukan koping atas sejumlah tekanan yang muncul dalam kehidupan individu normal, sehingga mampu menikmati kehidupan dengan menyenangkan dan bisa berkontribusi bagi komunitasnya. Tekanan - tekanan ini dapat berasal dari kehidupan sehari – hari dan kehidupan di dunia kerja. Satu dari sekian individu dewasa pada usia pekerja teridentifikasi mengalami problem kesehatan mental (WHO, 2022)

Isu – isu kesehatan mental di tempat kerja menjadi perhatian dalam 10 tahun terakhir dan meluas ke berbagai aspek pekerjaan, jenis pekerjaan dan tempat kerja yang spesifik. Pekerjaan dan tempat kerja adalah bagian dari kehidupan individu usia produktif. Lebih dari 8 jam per hari waktu dihabiskan untuk bekerja, sehingga interaksi individu dengan beragam aspek pekerjaan akan memengaruhi kesehatan fisik dan mental. Tempat kerja yang sehat akan memengaruhi semangat kerja, produktifitas yang membuat individu bertumbuh dan merasa berharga. Sejumlah problem di tempat kerja, seringkali tidak disadari menggerus kesehatan mental dan fisik pekerja, sehingga menurunkan produktifitas. Pekerja yang mengalami masalah kesehatan mental dilaporkan lebih sering bolos, sakit, melakukan pelanggaran etika, tindakan criminal, depresi hingga bunuh diri (WHO, 2022).

Penelitian tentang OMH sudah merebak sejak tahun 1990 an dan dimulai pada area praktis dalam ranah Psikologi Industri dan Organisasi. Namun, penelitian kesehatan mental di berbagai jenis pekerjaan dan profesi belum banyak ditelaah secara komprehensif. Peneliti ingin menelaah lebih lanjut tentang beragam topik dan isu terkini yang banyak dilibatkan dalam riset OMH di berbagai pekerjaan dan tempat kerja dalam sepuluh tahun terakhir. Diskusi dalam *literatur review* ini akan terfokus pada topik riset OMH apa saja yang sudah diteliti secara empirik pada berbagai variasi pekerjaan dan tempat kerja. Studi ini akan memberikan informasi tentang kajian kesehatan mental di tempat kerja sangat variatif dan memiliki kekhasan sesuai jenis pekerjaan yang dilakukan. Telaah ini juga akan memberikan gambaran variasi metode penelitian empirik yang sudah dilakukan untuk meneliti OMH dan menjadi insight riset ke depan di area serupa.

## Metode Penelitian

*Scoping review* ini mengikuti enam tahapan dari Joanna Briggs Institute (Peters et al., 2017), dan tahapan *scoping review* ini mengacu dari JBI (Peters et al.,2020) untuk mengidentifikasi sejumlah pertanyaan telaah berikut: 1. Mengidentifikasi pertanyaan penelitian, 2. Mengidentifikasi sejumlah studi yang relevan, 3. Seleksi literatur, 4. *Charting* data, 5. *Collating, summarizing*, dan melaporkan hasil, 6. *Consultation* (opsional). Peneliti tidak melakukan tahapan ke enam yaitu konsultasi. Diagram alir mengikuti prosedur PRISMA untuk menilai dan mensintesis temuan sesuai tujuan riset ini. *Scoping review* adalah metode yang digunakan untuk menentukan topik riset yang spesifik dengan menyediakan bukti deskriptif temuan riset sebelumnya, sehingga teridentifikasi sejumlah celah untuk riset selanjutnya (Pham et al.,2014)

### Strategi pencarian database

Basis data yang digunakan dalam *scoping review* ini dari Scopus, Web of Science, Pubmed dan EBSCO dengan menggunakan kata kunci Boolean “Occupational Mental Health” AND “Worker OR Employee” AND “Workplace”. Pencarian di database dilakukan selama bulan November 2023.

### Seleksi artikel

Seleksi inklusi artikel dalam penelitian ini mengikuti petunjuk dari *the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses Extension for Scoping Reviews (PRISMA- ScR)*, daftar periksa dari (Tricco et al, 2018). Proses seleksi dalam telaah ini digambarkan dalam bentuk diagram alir PRISMA (Page et al, 2021) ditampilkan pada Gambar 1. Kriteria inklusi dalam penelitian ini mengikuti kriteria berikut ini: 1. Artikel dengan topik *occupational mental health*, 2. Merujuk pada pekerja atau karyawan dan tempat kerja, 3. Studi empirik dengan metode kuantitatif, kualitatif dan telaah literatur, 4. Artikel dalam Bahasa Inggris, 5. Tahun publikasi 2000 hingga 2023. Kriteria tersebut untuk mendapatkan isu fenomena terkini tentang OMH. Judul dan abstrak disaring dan diseleksi oleh peneliti pertama dan kolaborator dari bidang Psikologi Industri dan Organisasi. Hasil akhir adalah kesepakatan peneliti dan kolaborator.

### Ekstraksi data

Ekstraksi data menggunakan The Rayyan (<https://www.rayyan.ai>) dari judul, dan abstrak artikel yang dipilih. Selanjutnya, melihat tahun publikasi, fenomena yang diteliti sesuai konteks OMH, temuan utama, populasi, *insight* untuk riset selanjutnya dan keterbatasan penelitian. Proses ekstraksi data dapat dilihat pada gambar flow diagram dari prisma Scr berikut ini.

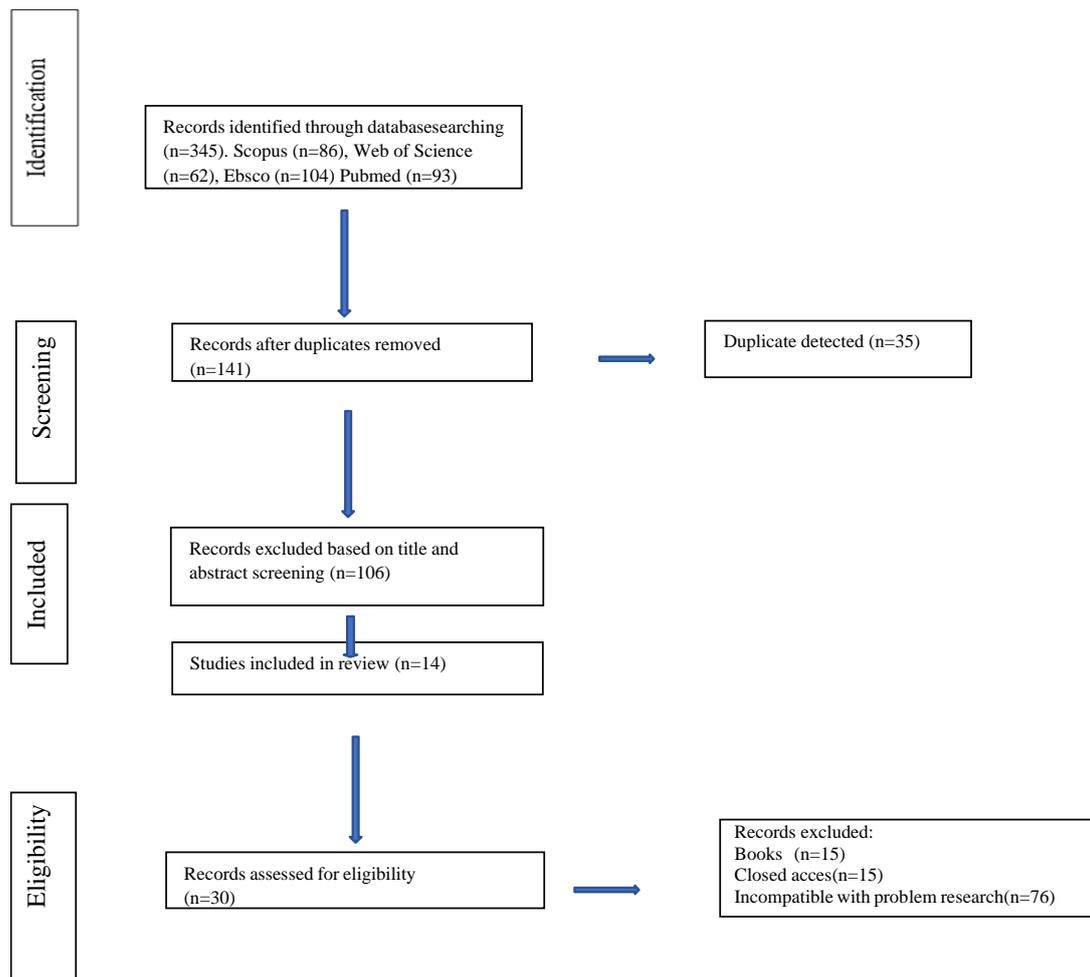
### Kriteria Inklusi dan eksklusi

Artikel yang dilibatkan dalam review ini mengikuti kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

Tabel. 1 Kriteria inklusi dan eksklusi

No	Inklusi	Eksklusi
1.	Tahun publikasi mulai 2000-2023	Diluar tahun 2000 - 2023
2.	Topik kesehatan mental dalam konteks kerja dan organisasi	Diluar topik tersebut
3.	Subjek pekerja atau karyawan	Tidak melibatkan karyawan atau pekerja
4.	Memiliki Lokasi atau tempat kerja	Tidak ada Lokasi atau tempat kerja
5.	Semua level IGLO (Individual, Groups, Leader dan Organisasi)	Hanya pada satu level
6.	Bahasa Inggris	Selain Bahasa Inggris
7.	Riset empirik	Non empirik, seperti review sistematis

diagram dari prisma Scr berikut ini.



Gambar 1. Prisma flow diagram  
Joanna Briggs Institute (JBI) 2017

Hasil pencarian akhir artikel didapatkan 345 artikel, dari Scopus (n=86), Web of science (n=62), PubMed (n=93) dan Ebsco (n=104). Akhirnya, total artikel yang teridentifikasi masuk kategori inklusi 14 artikel yang direview (Figure 1). Uraian detil simpulan analisis 14 artikel dapat dilihat pada table 1. Artikel dengan tahun publikasi tertua adalah 2012 dan yang terbaru dipublikasikan tahun 2023. Artikel yang tidak dilibatkan dalam review ini karena tidak memenuhi alasan eligibilitas kriteria inklusi, seperti dipublikasikan dalam bentuk buku, *book chapter*, sulit diakses, dan tidak sesuai dengan tema riset ini. Skrining final dari artikel telah melalui dua kali proses seleksi bertahap dari peneliti. Artikel yang telah diseleksi, kemudian dilakukan *overview* pada metode, tema atau topik, temuan dan rekomendasi. *Overview* dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Study overview

No	Penulis (tahun)	Metode /sampel	Tema/topik	Temuan	Rekomendasi
1.	(Eguchi et al., 2012)	Metode deskriptif kuantitatif, 121 industri manufaktur, 3540 pekerja di Jepang	Penelitian ini mempelajari efek OMH terhadap distress pada pekerja	Karakteristik tempat kerja akan memberikan pengaruh pada stres psikologis karyawan, khususnya pada industri manufaktur.	Rekomendasi riset selanjutnya perlu adanya penelitian peneran OMH pada kelompok pekerja yang lebih kecil, atau industri kecil dan menengah. Rekomendasi lainnya, perlu melibatkan gender, usia pekerja dan kondisi finansial organisasi
2.	(Ricciardelli et al., 2022)	Metode kualitatif semi <i>grounded theory</i> pada 109 perawat di Kanada.	Penelitian ini mengeksplorasi dinamika social dan trauma PTTE terkait pekerjaan pada perawat. Kajian meliputi dilemma moral, etika dalam bekerja.	Stress kerja yang dialami para perawat jika berada dalam kondisi harus melakukan tindakan medis yang mereka tidak sepakati.	Perlu melakukan beragam situasi organisasi tempat bekerja, yaitu budaya organisasi (rumah sakit) tempat perawat bekerja. Perlu mengidentifikasi ras dan etnis perawat sebagai dasar meneliti tema dilema etika profesi.
3.	(Sado et al., 2014)	Survey kuantitatif . sebanyak 194 karyawan industri manufaktur	Fenomena karyawan yang mengambil cuti sakit berulang kali di tempat kerja, dikarenakan terdapat <i>mental disorder</i> .	Hasil ini menunjukkan bahwa subjek yang mengambil cuti berulang sebanyak tiga kali, akan cenderung melakukannya kembali berulang kali di kemudian hari.	Studi selanjutnya perlu menginvestigasi episode <i>previous sick-leave</i> pada karyawan, melibatkan banyak perusahaan dengan beragam bisnis untuk melihat <i>stress related factor</i> di pekerja buruh.
4.	(Hidaka et al., 2020)	Metode deskriptif kualitatif dengan 87 karyawan pengawas radioaktif	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kecemasan terhadap wawasan paparan radiasi dan pengetahuan Occupational Health Management (OHM) yang dibutuhkan Operator Leader dekontaminasi radioaktif.	Wawasan pengetahuan yang akurat tentang bagaimana caranya mengelola manajemen lingkungan kerja dikaitkan dengan kecemasan terhadap paparan radiasi, dapat meminimalkan resiko kecelakaan di tempat kerja ( fisik), namun ternyata wawasan itu justru berpengaruh pada meningkatnya kecemasan pada operator dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental.	Studi yang dilakukan secara Cross sectional perlu didalamani dengan metode longitudinal, sehingga efek dari pelatihan OMH jangka panjang akan lebih terlihat. Penggunaan sampel yang lebih besar dengan metode yang lebih baik akan menungkinkan penemuan baru.
5.	(Malagón-Aguilera et al., 2020)	Metode deskriptif kuantitatif , deskriptif <i>cross-sectional study</i> . 156 perawat yang bekerja di bangsal khusus Spanyol	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki optimisme disposisional kelelahan dan kesehatan perawat yang bekerja di pusat layanan kesehatan jangka panjang melalui <i>self-report</i> .	Perawat yang memiliki status sosial ekonomi baik, dukungan sosial yang cukup, akan minim terlibat konflik dalam pekerjaan dan bekerja dengan optimis. Perawat dengan situasi tersebut juga lebih terhindar dari kelelahan emosional dan <i>burnout</i> selama bekerja.	Penelitian ini memiliki keterbatasan pada metodologi dan ukuran sample yang kecil. Studi longitudinal akan lebih bisa melihat relasi antar variabel.

No	Penulis (tahun)	Metode /sampel	Tema/topik	Temuan	Rekomendasi
6.	(Mitake et al., 2019b)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak 282 <i>nonprofessional occupational mental health staf</i>	Problem kesehatan mental dan stigma kesehatan mental menjadi ranah publik dan organisasi, meski amat dirasakan mengganggu bagi individu. Penelitian ini akan menyelidiki dampak problem pekerjaan yang penuh stigma terhadap <i>burnout</i> .	Temuan penelitian ini adalah, stigma terkait kesehatan mental, secara signifikan berpengaruh pada kelelahan emosional, perasaan depersonalisasi, namun memiliki pengaruh yang rendah pada <i>burnout</i> .	Penelitian ini mengumpulkan data dari peserta seminar kesehatan mental, sehingga ada potensi bias pasca pelatihan. Random sampling perlu dilakukan untuk mereplikasi penelitian ini di masa depan
7.	(Otarbayeva et al., 2023)	Mixed Method with Qualitative-descriptive study. Subjek penelitian adalah 587 guru TK mengisi survey dan diseleksi sebanyak 105 yang mengikuti interview	Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi faktor – factor yang menyebabkan disrupsi kesehatan mental guru TK di Rusia	Stressor utama yang dirasakan guru TK dalam bekerja adalah ketakutan akan kesehatan anak didik, ketakutan anak didik cidera, kesulitan berkomunikasi dengan orang tua siswa, perbedaan tingkat kemandirian siswa, perbedaan kemampuan siswa.	Keterbatasan penelitian adalah peneliti tidak mampu melakukan eligibilitas responden karena menggunakan survey melalui internet, tidak mampu mengidentifikasi daerah asal guru TK karena akan memengaruhi status dan situasi kerjanya.
8.	(de Loeff et al., 2018a)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak 144 <i>Forensic Nursing Staff</i>	Penelitian ini mendalami dinamika relasi antara perawat unit psikiatri forensik yang menangani pasien dengan kecenderungan agresi	Hasil studi menunjukkan pengalaman perawat psikiatri merawat pasien gangguan jiwa dengan potensi agresi meningkatkan kelelahan emosional dan depersonalisasi.	Penelitian longitudinal diperlukan untuk membangun hubungan sebab akibat antara pasien dengan gejala agresi dan <i>burnout</i>
9.	(Dennerlein et al., 2021)	<i>Mixed Method with Qualitative-descriptive study</i> . Partisipan sebanyak 259 pekerja konstruksi.	Riset ini mengidentifikasi <i>work related factor</i> yang menyebabkan stress pada pekerja konstruksi.	<i>Work related factor</i> yang menimbulkan stress bagi pekerja konstruksi adalah <i>job design</i> dan <i>job struktur</i> , dukungan sosial dan relasi antar karyawan dan atasan, dan kerawanan tempat kerja akan ancaman bahaya. ( <i>Job precariousity</i> )	Studi kesehatan mental pada pekerja konstruksi diharapkan melihat faktor organisasi seperti budaya kerja, desain pekerjaan, politik organisasi dan perlu adanya riset tentang intervensi kesehatan mental khusus untuk pekerja konstruksi secara umum, dan pekerja marjinal.
10.	(Kotera et al., 2021)	Metode kuantitatif dengan 106 partisipan 106 Psikoterapis profesional	Profesi ini memiliki prevalensi terkena masalah kesehatan mental yang tinggi, aspek yang diteliti adalah <i>burnout</i> , <i>self-compassion</i> , <i>work-life balance</i> dan <i>telepressure</i>	Temuan penelitian adalah sistem kerja mingguan dan <i>work life balance</i> menjadi prediktor yang signifikan terhadap <i>burnout</i> dan personalisasi.	Penelitian berikutnya juga perlu mengidentifikasi resiko kerja potensial pada profesi psikoterapis.

No	Penulis (tahun)	Metode /sampel	Tema/topik	Temuan	Rekomendasi
11.	(Evans et al., 2013b)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak 8,058 karyawan kereta api.	Melihat hubungan antara distress dan stress yang bersumber dari tempat kerja dan ranah kehidupan pribadi pekerja	Semua domain stressor berasosiasi dengan dunia pekerjaan dan kebutuhan untuk beradaptasi atas tuntutan pekerjaan ( <i>job demand</i> ), konflik di tempat kerja ( <i>workplace</i> dan <i>non workplace stressor</i> )	Penelitian selanjutnya perlu dilakukan secara longitudinal untuk melihat penyebab stress yang seringkali simultan dalam kehidupan pribadi dan kerja karyawan.
12.	(Wagner et al., 2019)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak 186 petugas pemadam kebakaran.	Profesi sebagai pemadam kebakaran memiliki sejumlah tekanan tersendiri dan berpotensi mengalami gangguan kesehatan mental. <i>Traumatic stress</i> dan mental distress disebabkan oleh adanya pelibatan empati dalam saat bekerja.	Studi ini menemukan tingkat empati emosional yang lebih tinggi berhubungan positif dengan peningkatan stres pasca trauma, somatisasi, sensitivitas interpersonal, depresi, kecemasan, dan fobia.	Penelitian dilakukan di tempat kerja, maka potensi <i>social desirability</i> agar menjadi pribadi yang penuh empati sesuai tuntutan profesi bisa terjadi.
13.	(Adrian et al., 2018)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak ( <i>survey</i> dan <i>self report</i> ) pada 1554 tentara tempur ( <i>Combat soldier</i> )	Tentara yang terlibat dalam pertempuran akan mengetahui rencana penempatannya dalam peta penyerangan saat pertempuran. Hal ini membuat tantara rentan terkena Post Traumatic Stress Disorder (PTSD), gangguan somatik, gangguan tidur, kemarahan, persepsi negatif pada atasan dan unit kesatuannya	Temuan studi ini menunjukkan tentara tempur yang sudah memiliki banyak sejarah atau pengalaman tempur di berbagai medan akan rentang mengalami PTSD, gangguan tidur, kecemasan, kemarahan dan agresi.	Riset selanjutnya perlu mempertimbangkan rekam jejak karir, situasi keluarga, situasi unit penempatan sebelumnya untuk melihat adanya potensi bahaya untuk kesehatan mental tantara sebelum ia diterjunkan kembali.
14.	(Sczesny & Stahlberg, 2000)	Metode deskriptif kuantitatif <i>cross-sectional study</i> . Subjek sebanyak 106 karyawan call centre.	Penelitian berangkat dari fenomena resiko pekerjaan karyawan call centre yang rentan terkena <i>sexual harrashment</i> melalui telepon yang berpotensi mengganggu kesehatan mental karyawan.	Temuan penelitian menunjukkan karyawan call centre Perempuan lebih rentan terkena <i>sexual harassment</i> di telepon ketimbang karyawan lelaki. Reaksi stress yang dirasakan adalah perasaan tidak dihargai, jijik, dan marah.	Keterbatasan penelitian ini ada pada metode <i>cross sectional</i> dan potensi bias responden.

## Hasil

Sejumlah penelitian yang dilibatkan dalam telaah artikel ini melakukan studi tentang kesehatan mental di tempat kerja. Studi – studi ini meneliti beragam aspek, faktor dan tema dengan beragam metode riset yang digunakan. Peneliti melakukan interpretasi dan sintesis tema, dan diuraikan sebagai berikut:

### Tema kesehatan mental kerja

Tema – tema yang diangkat dari fenomena kesehatan mental di tempat kerja dari sejumlah artikel dapat dikelompokkan dalam empat tema besar dari empat belas studi, sebagai berikut:

**Tabel 3. Tema – tema occupational mental health**

Tema atau topik	Konteks	Jumlah
Trauma, dan burnout	PTSD, burnout	4 artikel
Wellbeing dan wellness	Self compassion, worklife balance, optimism	3 artikel
Job related stress	Work stress, job demand, etika, dilemma, empati, leadership, job design, job risk, kecemasan, sexual harassment, job stigma, work safety, telepressure, job system, job peccarity	5 artikel
Aktifitas OMH	Aktifitas OMH, OMH management program, intervensi penurunan tingkat stress	2 artikel

Kajian *occupational mental health* yang paling dominan tentang trauma, depresi dan burnout yang bersumber dari situasi pekerjaan maupun tuntutan dari pekerjaannya. Tema terkait trauma seperti Post Traumatic Stress Event (PTSE) kebanyakan ada di profesi tenaga medis, seperti perawat, baik di rumah sakit maupun pusat rehabilitasi (Ricciardelli et al., 2022); (Malagón-Aguilera et al., 2020). Tema *burnout* masih banyak dibahas dan disesuaikan dengan konteks pekerjaan dan tempat kerjanya. Peneliti melihat, tema *burnout* akan sangat spesifik dan memiliki akibat jangka panjang pada pekerja. *Burnout* bersifat temporer, namun efeknya dalam jangka panjang bisa mengganggu produktifitas dan menggerus kesehatan mental pekerja. *Burnout* yang tidak ditangani juga menyebabkan timbulnya perasaan depersonalisasi dan kehilangan kemampuan memaknai pekerjaannya. Salah satu sumber *burnout* adalah stigma yang muncul dari pekerjaan yang dilakukan sebagai perawat pasien gangguan jiwa (Mitake et al., 2019); (Otarbayeva et al., 2023); (Kotera et al., 2021). Petugas medis yang bertugas menangani pasien regular, akan memiliki tekanan yang berbeda dengan perawat di bagian penyakit kronis dengan masa rawatan yang panjang. Rasa Lelah dan jenuh mudah muncul dan dalam jangka waktu lama. Stigma juga didapatkan perawat bangsal khusus dan membuat lebih tertekan, dibandingkan perawat di bangsal rawatan reguler (Malagón-Aguilera et al., 2020).

### Jenis pekerjaan dan tempat kerja

Telaah artikel ini juga mencermati tema jenis pekerjaan atau profesi, dan lokasi tempat kerja yang sering dilibatkan pada kajian *occupational mental health*. Dapat diamati pada tabel berikut:

**Tabel 4. Jenis pekerjaan dan tempat kerja**

Jenis pekerjaan	Profesi	Tempat kerja	Jumlah
Pekerja medis dan pusat kesehatan	Perawat penyakit kronis, staf rehabilitasi mental, perawat psikiatri, psikoterapis	Rumah sakit, Lembaga rehabilitasi	5 artikel

Pendidikan	Guru TK	Sekolah	1 artikel
Pekerjaan resiko tinggi	Operator pembangkit radioaktif, pemadam kebakaran, tentara perang, pekerja konstruksi	Pembangkit nuklir, Dinas pemadam kebakaran, Unit militer	3 artikel
Industri	Buruh,	Manufaktur, konstruksi	3 artikel
Pelayanan publik	Staf call centre, staf railway	Perusahaan negara kereta api, penyedia komunikasi	2 artikel

Pekerja menghabiskan separuh harinya dengan bekerja dan berinteraksi dengan banyak hal di lingkungan kerjanya. Tempat bekerja memiliki keunikan dan budaya yang khas satu dan lainnya, sehingga dapat menjadi titik amatan saat mengkaji kesehatan mental di tempat kerja. Studi OMH kebanyakan dilakukan pada pekerja bidang kesehatan dengan profesi perawat (penyakit kronis dan perawat psikiatri), dan staf rehabilitasi mental. Profesi perawat yang ditelaah dalam studi ini berada di unit/bangsas/paviliun khas. Lingkungan kerja yang tidak sama dengan perawat umum, sehingga memiliki jenis stress khas (Malagón-Aguilera et al., 2020); (de Looff et al., 2018b), demikian juga staf rehabilitasi kesehatan mental dari pusat rehabilitasi (Mitake et al., 2019a), selanjutnya para psikoterapis yang sering tidak dilirik kesehatan mentalnya saat menangani pasien Covid 19 (Kotera et al., 2021). Setiap profesi memiliki tugas dan jabatan yang tidak sama. Tuntutan pekerjaan yang beragam juga menunjukkan pengaruh pada status kesehatan mental pada level pekerja.

## Pembahasan

Kajian *mental health* dan *mental illness* bisa dilihat secara bersamaan maupun dalam relasi sebab akibat. Studi *mental health* akan terfokus pada aspek positif dan implementasi dalam bentuk program dan intervensi karyawan mencapai kesejahteraan psikologis. Tema *occupational mental activities* seperti pelatihan kesehatan mental di tempat kerja, pelatihan penurunan tingkat stress karyawan, konseling, dan akses informasi melalui diseminasi tentang OMH (Eguchi et al., 2012). Tema *occupational health management* untuk pencegahan resiko bahaya dan penyakit pada area kerja yang berisiko (Hidaka et al., 2020), tampak cukup mendominasi pada area intervensi dan mitigasi. Upaya untuk mencapai keseimbangan kerja dan kehidupan non pekerjaan (*work life balance*), menjadi topik yang tetap menarik. Area domestik seperti keberadaan keluarga, atasan dan rekan kerja dapat menjadi sumber dukungan sosial, namun juga bisa menjadi sumber konflik yang berimbas pada kesehatan mental (Kotera et al., 2021); dan kinerja karyawan (Evans et al., 2013a).

Studi terbanyak dilakukan dalam telaah ini tentunya terkait tema stres yang terhubung dengan pekerjaan itu sendiri (*job related stress*). Pekerjaan dilakukan untuk memenuhi tuntutan bertahan hidup, namun ia juga menjadi sumber tekanan itu sendiri. Tekan dapat bersumber dari tuntutan tugas atau jabatan, desain pekerjaan, sistem pekerjaan, stigma yang melekat yang sifatnya khas (de Looff et al., 2018a), konflik etika profesional (Malagón-Aguilera et al., 2020), hingga potensi resiko bagi kesehatan dan keselamatan pada operator nuklir yang tertekan melihat banyaknya simbol *hazard* di lokasi kerjanya (Hidaka et al., 2020). Tuntutan pekerjaan untuk melayani dengan prima, namun menerima pelecehan seksual lewat telepon dirasakan pekerja *call centre* (Sczesny & Stahlberg, 2000), pergantian batalyon dengan rencana penyerangan yang berbeda dan gaya pimpinan yang berbeda juga menjadi sumber stres khusus pada tentara (Adrian et al., 2018). Pekerja konstruksi juga memiliki sumber tekanan yang khas, seperti ancaman

keselamatan dan resiko perilaku kerja tidak sehat seperti merokok, minum alkohol dan narkoba (Dennerlein et al., 2021). Sejumlah tema tersebut menunjukkan area riset stres kerja kian spesifik dan membutuhkan pendalaman lebih lanjut.

Pekerjaan dengan potensi resiko tinggi, memiliki tuntutan kerja yang tinggi akan keselamatan kerja. Kepatuhan dan kecermatan membaca dan melakukan aturan khas di tempat kerja seperti pembangkit reaktor radioaktif (Hidaka et al., 2020), ternyata merasa terbebani dengan segala simbol dan SOP di tempat kerjanya. Para tentara perang di unit khusus penyerangan yang berganti ganti medan tempur dan pimpinan perang juga merasakan tekanan tersendiri (Adrian et al., 2018). Petugas pemadam kebakaran pada unit pemadam kebakaran dituntut senantiasa siaga dan berani bertaruh nyawa. Pelibatan empati kadangkala membuat tertekan saat gagal menyelamatkan korban (Wagner et al., 2019). Kemudian para pekerja konstruksi yang sering berada di ketinggian dengan resiko kecelakaan kerja yang tinggi juga memiliki masalah kesehatan mental yang khas. Lingkungan kerja seringkali tidak aman dan durasi kerja yang panjang, melelahkan dengan target membuat pekerja konstruksi sering melakukan perilaku tidak sehat seperti mabuk dan mengkonsumsi napza sebagai *dopping* (Dennerlein et al., 2021).

Pada sektor industri yang masuk dalam studi ini adalah manufaktur dengan melibatkan para buruh pabrik. Buruh yang bekerja di industri manufaktur besar, memiliki jam kerja dengan sistem shift, target kerja yang melelahkan, hingga relasi senior junior yang kental menjadi tekanan khas tempat kerja ini (Sado et al., 2014). Sektor pendidikan hanya satu artikel terpilih yang ditelaah, meski peneliti yakin riset kesehatan mental guru atau pendidik banyak dilakukan. Guru TK ternyata tak luput mengalami tekanan yang bersumber dari organisasi, seperti status sekolah, perbedaan pendapatan, hingga kecemasan dalam menjaga keselamatan anak didiknya. Ternyata, membangun relasi dan komunikasi dengan orang tua siswa juga keharusan bagi guru. Namun justru ini membuat guru mudah merasa cemas dan takut dinilai tidak kompeten (Otarbayeva et al., 2023).

## Kesimpulan

Dari 14 studi yang ditelaah dalam artikel ini, ditemukan sejumlah pengetahuan, insight dan celah untuk dilakukan penelitian berikutnya dalam konteks OMH. Berikut simpulannya:

**Tabel 5. Insight riset occupational mental health masa depan**

<b>Fokus terkini dalam literatur</b>	<b>Celah yang teridentifikasi (Gaps)</b>
Kebanyakan riset dilakukan dengan metode kualitatif, dan <i>cross sectional</i>	Dibutuhkan lebih banyak penelitian dengan tema OMH dilakukan secara kuantitatif longitudinal, eksperimental design, atau <i>strategy inquiry</i> yang lain seperti kualitatif dan <i>mixed method</i> .
Kebanyakan literatur terfokus pada profesi dan tempat kerja yang umum dan mudah dikenali.	Dibutuhkan lebih banyak studi dari beragam profesi unik dengan situasi dan tuntutan pekerjaan yang unik dan tidak mudah dikenali.
Kebanyakan riset melihat kualitas pengaruh dan relasi antar fenomena dalam OMH.	Diperlukan lebih banyak studi yang melihat implementasi program OMH, efektifitas OMH di organisasi.

Analisis yang dilakukan dalam telaah literatur tentang Occupational Mental Health (OMH) pada beragam pekerjaan atau profesi dan tempat kerja menunjukkan temuan penting, yaitu empat tema besar riset yaitu trauma dan *burnout*, *wellbeing* dan *wellness*, *job related stress* dan aktivitas OMH di organisasi. Jika ditilik pada tema trauma dan *burnout* dalam konteks kerja, kebanyakan

artikel membahas tentang trauma pada profesi spesifik yang terhubung dengan manusia (klien, pasien, pimpinan, korban, dan musuh di medan perang). Perlu ditelaah kenapa saat suatu profesi terhubung dengan nyawa atau nasib manusia lain dapat menjadi sumber trauma. Saat pekerjaan dilakukan dalam jangka panjang, akan menimbulkan kelelahan psikologis bagi si pekerja sepanjang karirnya.

Keunikan pekerjaan atau profesi yang dilakukan seorang pekerja, tentunya dipengaruhi oleh tuntutan tugas, profesi, jabatan, budaya kerja dan budaya organisasi. Tekanan yang berasal dari *nature of job* dan *job demand* banyak diteliti karena memang diperlukan untuk mendapatkan gambaran khas setiap pekerjaan. Kajian OMH pada level pekerja, saat ini menjadi krusial setelah Pandemi Covid 19 agar organisasi bisa mengantisipasi dan menyiapkan kebijakan mitigasi dan intervensi. Namun, dalam artikel yang ditelaah masih merujuk pada sejumlah profesi yang umum dan mudah ditemui. Perlu ada riset khusus yang menelaah OMH pada pekerjaan /profesi beragam, tidak umum ditemui sekitar kita. Tujuannya agar riset – riset OMH ke depan kian utuh memberikan gambaran global tentang kesehatan mental di level pekerja, dan menjadi rujukan kebijakan di level organisasi dan pemerintah.

Kajian tentang kesehatan mental dan *mental illness* di latar kerja masih bercampur, hal ini dapat dimaklumi, karena hingga saat ini riset OMH masih berkembang dan belum ada satu teori utama yang dapat dirujuk. Kajian *mental illness* akan banyak terfokus pada stres dan *burnout*, di lain sisi kajian *mental health* akan banyak membahas meningkatkan sikap kerja positif, menyediakan lingkungan kerja yang sehat, hingga mencapai kesejahteraan dan keseimbangan hidup antara kehidupan kerja dan pribadi.

Telaah artikel ini masih memiliki sejumlah keterbatasan, yaitu jumlah artikel yang *eligible* masih 14 artikel yang disesuaikan pada pertanyaan dan tujuan mini scoping ini. Pelibatan lebih banyak artikel dan tujuan riset perlu diperluas agar mendapatkan gambaran utuh terkait riset – riset OMH, seperti melihat konteks budaya dan negara tempat riset dilakukan, kajian gender, implementasi program OMH di organisasi, dan tren tahun publikasi sebagai saran telaah berikutnya. Simpulan dari telaah artikel ini menghasilkan empat hal krusial dalam riset OMH, yaitu:

1. Dari riset sebelumnya ada empat tema besar dalam riset OMH yaitu: trauma dan *burnout*, *wellbeing* dan *wellness*, *job related stress* dan aktivitas OMH
2. Jenis pekerjaan dan tempat kerja yang diteliti adalah, pekerja medis (rumah sakit, klinik dan lembaga rehabilitasi), pendidik atau guru (sekolah), profesi berisiko tinggi (operator radiaktif, pemadam kebakaran, pekerja konstruksi), sektor pelayanan (staf call centre) dan dunia industry manufaktur (buruh).

### Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak yang mendukung penelitian ini, yaitu Beasiswa Pendidikan Indonesia (BPI) dari Pusat Layanan Pembiayaan Pendidikan (Puslapdik) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia.

Akses data artikel di : [https://drive.google.com/drive/folders/1ftM6J9YhmzCVFlqQqeS7VotNJBXr-fo?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1ftM6J9YhmzCVFlqQqeS7VotNJBXr-fo?usp=drive_link)

---

### Daftar Pustaka (APA 7<sup>th</sup> Edition)

- Adrian, A. L., Thomas, J. L., & Adler, A. B. (2018). Soldiers and Leaders With Combat Experience: Unit Health and Climate. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 81(4), 391–407. *Psychology and Behavioral Sciences Collection*.
- de Looff, P., Nijman, H., Didden, R., & Embregts, P. (2018a). Burnout symptoms in forensic psychiatric nurses and their associations with personality, emotional intelligence and client aggression: A cross-sectional study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 25(8), 506–516. Scopus. <https://doi.org/10.1111/jpm.12496>
- Dennerlein, J. T., Eyllon, M., Garverich, S., Weinstein, D., Manjourides, J., Vallas, S. P., & Lincoln, A. K. (2021). Associations between work-related factors and psychological distress among construction workers. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 63(12), 1052–1057. Scopus. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000002311>
- Eguchi, H., Tsuda, Y., Tsukahara, T., Washizuka, S., Kawakami, N., & Nomiyama, T. (2012). The effects of workplace occupational mental health and related activities on psychological distress among workers: A multilevel cross-sectional analysis. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 54(8), 939–947. Scopus. <https://doi.org/10.1097/JOM.obo13e31825107bb>
- Evans, D., Mallet, L., Flahault, A., Cothureau, C., Velazquez, S., Capron, L., & Lejoyeux, M. (2013a). The importance of both workplace and private life factors in psychological distress: A large cross-sectional survey of French railway company employees. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 48(8), 1211–1224. *Psychology and Behavioral Sciences Collection*.
- Hidaka, T., Kakamu, T., Endo, S., Kasuga, H., Masuishi, Y., Kumagai, T., Sato, S., Sasaki, T., & Fukushima, T. (2020). Association of anxiety over radiation exposure and acquisition of knowledge regarding occupational health management in operation leader candidates of radioactivity decontamination workers in fukushima, japan: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010228>
- Kotera, Y., Maxwell-Jones, R., Edwards, A.-M., & Knutton, N. (2021). Burnout in professional psychotherapists: Relationships with self-compassion, work–life balance, and telepressure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10). Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105308>
- Malagón-Aguilera, M. C., Suñer-Soler, R., Bonmatí-Tomas, A., Bosch-Farré, C., Gelabert-Viella, S., Fontova-Almató, A., Grau-Martín, A., & Juvinyà-Canal, D. (2020). Dispositional optimism, burnout and their relationship with self-reported health status among nurses working in long-term healthcare centers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 1–12. Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph17144918>
- Mitake, T., Iwasaki, S., Deguchi, Y., Nitta, T., Nogi, Y., Kadowaki, A., Niki, A., & Inoue, K. (2019a). Relationship between burnout and mental-illness-related stigma among nonprofessional occupational mental health staff. *BioMed Research International*, 2019. Scopus. <https://doi.org/10.1155/2019/5921703>
- Otarbayeva, Z., Baizhumanova, B., Tuyakova, U., Mambetalina, A., Umirzakova, A., & Kulzhabayeva, L. (2023). Peculiarities of occupational mental health care in kindergarten teachers. *Frontiers in Psychology*, 14. Scopus. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1168300>
- Ricciardelli, R., Johnston, M. S., Bennett, B., Stelnicki, A. M., & Carleton, R. N. (2022). “It Is Difficult to Always Be an Antagonist”: Ethical, Professional, and Moral Dilemmas as Potentially Psychologically Traumatic Events among Nurses in Canada. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3). Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031454>
-

- 
- Sado, M., Shirahase, J., Yoshimura, K., Miura, Y., Yamamoto, K., Tabuchi, H., Kato, M., & Mimura, M. (2014). Predictors of repeated sick leave in the workplace because of mental disorders. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 193–200. Scopus. <https://doi.org/10.2147/NDT.S55490>
- Sczesny, S., & Stahlberg, D. (2000). Sexual harassment over the telephone: Occupational risk at call centres. *Work & Stress*, 14(2), 121–136. *Psychology and Behavioral Sciences Collection*.
- Wagner, S. L., Pasca, R., & Regehr, C. (2019). Firefighters and Empathy: Does It Hurt to Care Too Much? *Journal of Loss & Trauma*, 24(3), 238–250. *Psychology and Behavioral Sciences Collection*.
- WHO (2022). World mental health report. Transforming mental health for all. ISBN 978-92-4-004933-8. World mental health report: transforming mental health for all Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.