

**PERBEDAAN KEJADIAN DEPRESI PADA KARYAWAN PEREMPUAN DENGAN LAMA KERJA PANJANG DAN LAMA KERJA PENDEK DI PERUSAHAAN BISMA GROUP DENPASAR**

**Putu Stephanie Apriliana Hardika<sup>1</sup>, Thomas Eko Purwata<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

<sup>2</sup>Bagian Ilmu Penyakit Saraf RSUP Sanglah

Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar

**ABSTRAK**

Prevalensi kecenderungan depresi pada usia produktif yang cukup tinggi menempatkan gangguan neuropsikiatri ini pada penyakit yang paling sering terjadi di tempat kerja. Beberapa faktor diketahui mempengaruhi terjadinya depresi, salah satunya adalah lama kerja. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan kejadian depresi pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang dan lama kerja pendek. Penelitian dilakukan di perusahaan Bisma Group Denpasar dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Wawancara dilakukan pada seluruh karyawan perempuan di perusahaan tersebut guna mendapatkan sampel penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Status depresi sampel penelitian diukur berdasarkan kuesioner *Hamilton Depression Rating Scale*. Sebanyak 71,11% dari 45 sampel yang terlibat dalam penelitian ini didapatkan mengalami depresi. Kejadian depresi lebih banyak ditemukan pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang: (1) depresi pada durasi kerja panjang sebesar 87,5% dan (2) depresi pada masa kerja lama sebesar 86,4%. Selanjutnya, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kejadian yang signifikan antara durasi kerja ( $p = 0,01$ ) dan masa kerja ( $p = 0,027$ ) terhadap terjadinya depresi. Dapat disimpulkan bahwa lama kerja yang panjang dapat meningkatkan rasio prevalensi terjadinya depresi pada karyawan perempuan, dengan adanya perbedaan kejadian depresi yang signifikan ditemukan pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang dan lama kerja pendek di perusahaan Bisma Group Denpasar.

**Kata kunci:** karyawan perempuan, lama kerja, depresi

**ABSTRACT**

High prevalence of depression at productive ages placed this neuropsychiatry disturbance as one of the most often disease occurs at workplace. Several factors are contributed in the occurrence of depression, one of them is working time. The aim of this study was to determine the difference in prevalence of depression among female workers with long-time working and short-time working. This study was done at Bisma Group Company Denpasar by cross-sectional approached. All female workers were interviewed in order to get samples which fulfill inclusion and exclusion criteria. Depression status was measured by Hamilton Depression Rating Scale. Among 45 samples, 71.11% is developing depression. The prevalence of depression is found higher among female workers with long-time working: (1) depression with long duration of work is about 87.5% and (2) depression with long job tenure is about 86.4%. This study also found the significant difference in prevalence of depression with duration of work ( $p = 0.01$ ) and job tenure ( $p = 0.027$ ). The conclusion is the long-time working could increase the prevalence ratio of depression among female workers. In other words, there is significant difference in proportion of depression among female workers with long-time working and short-time working at Bisma Group Company Denpasar.

**Keywords:** female workers, working time, depression

## PENDAHULUAN

Pekerjaan dan keluarga merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Keduanya dipercaya mampu menjadi sumber kepuasan dan kebahagiaan bagi setiap orang. Namun, di sisi lain, kedua hal tersebut mampu juga memberikan pengalaman pahit bagi individu itu sendiri. Lingkungan tempat kerja yang ikut mengalami perubahan seiring globalisasi di dunia, menyebabkan terjadinya restrukturisasi karyawan, banyaknya bermunculan karyawan sampingan (*part-time*) dan karyawan kontrak, serta meningkatnya beban dan waktu kerja dalam usaha mempertahankan pekerjaannya. Hal inilah yang dinilai cenderung membuat orang tertekan dan mengalami depresi.

*Health and Safety Executive* di Inggris menyebutkan depresi sebagai salah satu dari tujuh penyakit yang paling sering terjadi di tempat kerja.<sup>1</sup> *United Kingdom National Health Service* mendefinisikan depresi sebagai keadaan dimana terjadinya penurunan mood seseorang secara signifikan dan adanya kehilangan minat terhadap aktivitas yang awalnya dianggap menyenangkan. Depresi merupakan salah satu penyakit serius yang dapat menimbulkan gejala fisik maupun psikologis. Beberapa individu dapat mengalami depresi dalam satu atau dua episode saja, tapi pada individu lainnya depresi dapat terjadi seumur hidupnya. Hal ini mengakibatkan depresi menjadi salah satu penyebab tersering terjadinya kecacatan kronis (*chronic disability*). Menurut *World Health Organization* (WHO), depresi merupakan penyebab pertama terjadinya kecacatan di Amerika Serikat. Selain itu, WHO juga memperkirakan pada tahun 2020 depresi akan menjadi penyebab kedua tersering terjadinya kecacatan di seluruh dunia.<sup>2</sup>

Depresi merupakan penyakit umum yang dijumpai di kalangan masyarakat, dimana tercatat pada tahun 2012 sebanyak 350 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi. Angka prevalensi depresi di Indonesia tergolong cukup tinggi, yakni mencapai 17 – 27%, sedangkan *life time prevalence* di dunia bisa mencapai dua kali lipatnya.<sup>3,4</sup> Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia pada tahun 2007, gangguan neuropsikiatri paling sering terjadi pada usia produktif yakni 17 – 54 tahun.<sup>1</sup> Hal ini sesuai dengan data dari studi yang dilakukan oleh Aspi Kristiati pada tahun 2003 yang menemukan prevalensi kecenderungan depresi pada usia produktif sebesar 61,11%.<sup>5</sup>

Hasil survei di 14 negara pada tahun 1990 menunjukkan depresi sebagai masalah kesehatan

dengan urutan ke-4 terbesar di dunia yang mengakibatkan beban sosial. *European Depression Association* (EDA) pada tahun 2012 mengungkapkan hasil survei *Impact of Depression in the Workplace in Europe Audit* (IDEA) pada 7.000 karyawan dan manajer yang menemukan satu dari sepuluh karyawan menggunakan waktu kerjanya untuk beristirahat dengan alasan depresi akibat pekerjaan. Selain itu, diperkirakan 36 hari kerja akan hilang akibat adanya satu episode depresi.<sup>4,6</sup> Sementara itu, sebuah survei komunitas di Amerika Serikat menemukan 18% karyawan dilaporkan mengambil libur atau cuti kerja akibat gangguan depresi tersebut.<sup>2</sup>

*Canadian Community Health Survey* (CCHS) pada tahun 2002 menemukan 3,7% karyawan berusia 25 – 64 tahun pernah mengalami episode depresi dalam 1 tahun terakhir. Kejadian depresi akibat pekerjaan ditemukan dua kali lebih banyak pada perempuan dibandingkan pada laki-laki (5,1% berbanding 2,6%).<sup>7</sup> Sementara itu, studi *cohort* yang dilakukan di Inggris terhadap karyawan tanpa gejala depresi menemukan karyawan yang bekerja lebih dari 35 – 40 jam per minggu berisiko 1,66 kali lebih besar mengalami depresi dibandingkan dengan karyawan yang bekerja 35 – 40 jam per minggu. Studi tersebut juga mencatatkan adanya peningkatan risiko mengalami depresi pada karyawan perempuan dengan jam kerja yang lebih panjang.<sup>8</sup>

Penelitian untuk mengetahui perbedaan kejadian depresi pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang dan lama kerja pendek lebih lanjut dilakukan di perusahaan *Bisma Group* Denpasar, dimana perusahaan ini bergerak di bidang *sales, services, and spare-parts* otomotif. Hasil CCHS pada tahun 2002 menemukan kejadian depresi pada karyawan lebih banyak terjadi di bidang *sales and services*, yakni sebesar 4,6%.<sup>7</sup> Selain itu, belum ada penelitian mengenai kejadian depresi pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang dan lama kerja pendek di wilayah Denpasar.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilakukan di perusahaan *Bisma Group* Denpasar selama dua bulan, yakni pada bulan April sampai dengan Mei 2014, dengan menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah karyawan perempuan pada Perusahaan *Bisma Group* Denpasar yang memenuhi kriteria inklusi. Adapun kriteria inklusinya yakni semua karyawan perempuan dengan masa kerja

minimal 1 tahun di perusahaan Bisma Group Denpasar. Sedangkan, kriteria eksklusinya meliputi karyawan perempuan yang menolak untuk menjadi sumber informasi dan pernah didagnosis mengalami depresi. Besaran sampel minimal yang diperlukan untuk mewakili populasi pada penelitian ini adalah sebesar 43 orang, dengan teknik pengambilan sampel berupa metode *total sampling*.

Variabel yang terlibat dalam penelitian ini meliputi variabel independen, variabel dependen, dan variabel perancu. Variabel independen yakni durasi kerja (nominal) dan massa kerja (nominal) akan didapatkan dari informasi pada lembar kuesioner data diri karyawan. Sedangkan, variabel dependen berupa status depresi (nominal) didapatkan dari penilaian *Hamilton Depression Rating Scale*. Adapun, variabel yang dianggap perancu dalam penelitian ini meliputi umur (nominal), status pernikahan (nominal), serta paritas (nominal).

Analisis data dalam penelitian ini dimulai dari analisis univariat dengan menjabarkan masing-masing karakteristik umum responden berdasarkan variabel-variabel yang diteliti. Kemudian, dilanjutkan dengan analisis bivariat yakni membandingkan variabel dependen dengan variabel independen serta dengan variabel perancu dan didapatkan nilai RP atau Rasio Prevalensi. Apabila pada analisis bivariat didapatkan  $p \leq \alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ) dapat disimpulkan perbedaan kejadian depresi pada masing-masing variabel independen dan variabel perancu adalah signifikan.

## HASIL

Berdasarkan data yang diperoleh dari perusahaan Bisma Group Denpasar selama periode bulan April sampai Mei 2014, pada penelitian ini didapatkan 45 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan rincian sebanyak 32 responden mengalami depresi dan 13 responden tidak depresi, seperti yang terlihat dalam **Tabel 1**.

Berdasarkan data yang didapat dari hasil pengolahan kuesioner biodata diri, responden yang berusia muda (17 – 29 tahun) sebanyak 64,44% dan berusia tua ( $\geq 30$  tahun) sebanyak 35,56%. Status pernikahan responden penelitian dibedakan menjadi dua yakni tidak menikah (62,22%) dan menikah (37,78%). Dari responden yang sudah menikah didapatkan 8 orang mempunyai banyak anak ( $\geq 3$  anak).

Menurut lama kerjanya, yang dibedakan berdasarkan durasi kerja dan massa kerja, sampel penelitian dengan durasi kerja pendek (35 – 40 jam per minggu) yakni 21 responden (46,67%) dan durasi kerja panjang sebanyak 24 responden (53,33%). Berdasarkan massa kerja terdapat 23 responden yang mempunyai massa kerja singkat (1 – 4 tahun) dan 22 responden dengan massa kerja lama ( $>4$  tahun).

**Tabel 1.** Karakteristik Umum Karyawan Perempuan di Perusahaan Bisma Group Denpasar Periode April – Mei 2014

Variabel	Jumlah (n=45)	Persentase (%)
Umur		
Muda	29	64,44
Tua	16	35,56
Status Pernikahan		
Tidak Menikah	28	62,22
Menikah	17	37,78
Paritas		
Sedikit	37	82,22
Banyak	8	17,78
Durasi Kerja		
Pendek	21	46,67
Panjang	24	53,33
Massa Kerja		
Singkat	23	51,11
Lama	22	48,89
Status Depresi		
Tidak Depresi	13	28,89
Depresi	32	71,11

Sumber: Diolah dari kuesioner biodata diri dan *Hamilton Depression Rating Scale*

**Tabel 2** menggambarkan distribusi kejadian depresi menurut lama kerja, umur, status pernikahan, dan paritas. Berdasarkan durasi kerjanya, karyawan perempuan dengan durasi kerja pendek (35 – 40 jam per minggu) yang ditemukan mengalami depresi yakni 11 responden (52,4%), sedangkan dengan durasi kerja panjang ( $>40$  jam per minggu) sebanyak 21 responden (87,5%). Hasil analisis data terhadap perbedaan kejadian depresi berdasarkan durasi kerja pada karyawan perempuan di perusahaan Bisma Group Denpasar menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan, dengan  $p$  sebesar 0,01.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Beberapa Variabel Terhadap Kejadian Depresi

Variabel	Depresi		Tidak Depresi		RP (IK 95%)	p
	N	%	N	%		
Durasi Kerja						
Pendek	11	52,4	10	47,6	0,263 (0,083 - 0,829)	0,01*
Panjang	21	87,5	3	12,5	1,670 (1,081 - 2,581)	
Massa Kerja						
Singkat	13	56,5	10	43,5	0,314 (0,099 - 0,991)	0,027*
Lama	19	86,4	3	13,6	1,528 (1,029 - 2,268)	
Umur						
Muda	19	65,5	10	34,5	0,806 (0,566 - 1,149)	0,322
Tua	13	81,3	3	18,7	1,839 (0,590 - 5,731)	
Status Pernikahan						
Tidak Menikah	18	64,3	10	35,7	0,494 (0,158 - 1,546)	0,311
Menikah	14	82,4	3	17,6	1,281 (0,900 - 1,823)	
Paritas						
Sedikit	25	64,3	12	35,7	0,385 (0,058 - 2,555)	0,405
Banyak	7	87,5	1	12,5	1,295 (0,918 - 1,827)	

Catatan: \*) signifikan secara statistik

Sumber: Hasil analisis data menggunakan *software* statistika pada komputer

Berdasarkan massa kerjanya, karyawan perempuan dengan massa kerja singkat (1 – 4 tahun) yang ditemukan mengalami depresi yakni 13 responden (56,5%), sedangkan dengan massa kerja lama (>4 tahun) sebanyak 19 responden (86,4%). Hasil penelitian terhadap perbedaan kejadian depresi berdasarkan massa kerja pada karyawan perempuan di perusahaan Bisma Group Denpasar menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ( $p = 0,027$ ).

Berdasarkan umurnya, karyawan perempuan berusia muda (17 – 29 tahun) yang ditemukan mengalami depresi yakni 19 responden (65,5%), sedangkan dengan usia tua ( $\geq 30$  tahun) sebanyak 13 responden (81,3%). Berdasarkan status pernikahannya, karyawan perempuan dengan status tidak menikah yang ditemukan mengalami depresi yakni 18 responden (64,3%), sedangkan yang menikah sebanyak 14 responden (82,4%). Berdasarkan jumlah anaknya, karyawan perempuan dengan jumlah anak sedikit (0 – 2 anak) yang ditemukan mengalami depresi yakni 25 responden (67,6%), sedangkan dengan jumlah anak banyak ( $\geq 3$  anak) sebanyak 7 responden (87,5%). Hasil analisis data pada beberapa variabel ini yakni umur, status pernikahan, serta paritas terhadap kejadian depresi pada karyawan perempuan di perusahaan ini menemukan tidak terdapat perbedaan yang signifikan, dengan  $p$  masing-masing sebesar 0,322, 0,311, dan 0,405.

## PEMBAHASAN

Depresi merupakan gangguan neuropsikiatri yang umum terjadi dengan karakteristik berupa

gangguan *mood*, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah, gangguan tidur atau nafsu makan, dan penurunan konsentrasi. Depresi merupakan suatu permasalahan kesehatan yang serius, yang dapat mengakibatkan beban sosial.<sup>4</sup> Hal ini dapat terjadi mengingat suatu episode depresi akan mengganggu aktivitas sehari-hari atau fungsi normal individu. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi pada karyawan perempuan adalah faktor biologi yang meliputi neurotransmitter dan neuroendokrin, juga faktor psikososial seperti lamanya kerja, usia, status pernikahan, dan paritas. Lama kerja merupakan salah satu hal penting dalam kejadian depresi pada karyawan perempuan, dimana hal ini dapat diidentifikasi dari durasi serta massa kerja karyawan tersebut di perusahaan tempatnya bekerja.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 71,11% atau lebih dari setengah total karyawan perempuan di perusahaan Bisma Group Denpasar yang terlibat dalam penelitian ini mempunyai skor total *Hamilton Depression Rating Scale* (HDRS)  $\geq 7$ . Hal ini menunjukkan kecenderungan karyawan perempuan untuk mengalami depresi cukup tinggi. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian sebelumnya oleh Cho, dkk. pada tahun 2013 yang menemukan kejadian depresi yang cukup tinggi pada karyawan perempuan di Korea Selatan. Secara umum, kejadian depresi pada usia produktif di Indonesia mencapai 61,11%.<sup>5,9</sup> Hasil penelitian ini lebih tinggi bila dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, mengingat beberapa faktor seperti cakupan wilayah serta besar sampel yang

digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya.

Hasil analisis data menunjukkan karyawan perempuan yang mempunyai durasi kerja panjang cenderung lebih banyak mengalami depresi, dimana penelitian ini menemukan rasio prevalensi karyawan perempuan untuk mengalami depresi yakni 1,67 (IK 95% = 1,081 - 2,581;  $p = 0,01$ ) kali lebih besar pada durasi kerja panjang. Hasil ini serupa dengan penelitian Virtanen, dkk pada tahun 2011 yang menunjukkan adanya perbedaan kejadian depresi yang signifikan berdasarkan durasi kerja pada karyawan perempuan di Inggris, dimana risiko karyawan perempuan untuk mengalami depresi 2,67 kali lebih besar pada durasi kerja panjang. Selain itu, penelitian ini juga menemukan rasio prevalensi karyawan perempuan untuk mengalami depresi yakni 1,528 (IK 95% = 1,029 - 2,268;  $p = 0,027$ ) kali lebih besar pada masa kerja lama. Hasil ini serupa dengan penelitian Cho, dkk yang menunjukkan adanya perbedaan kejadian depresi yang signifikan berdasarkan masa kerja pada karyawan perempuan di Provinsi Yeungnam, Korea Selatan.<sup>8,9</sup>

Karyawan yang terlalu gemar bekerja (*workaholic*) menggunakan sebagian besar waktunya hanya di tempat pekerjaan, sehingga mereka cenderung mempunyai waktu yang sedikit untuk beristirahat. Jadi, depresi atau stres akibat pekerjaan pun dapat terjadi sebagai respon terhadap panjangnya lama kerja mereka. Lama kerja yang panjang cenderung meningkatkan risiko kejadian depresi pada karyawan perempuan dapat dijelaskan dengan fakta bahwa perempuan lebih sering mempunyai tekanan dan beban ekstra akibat pekerjaan di kantor maupun pekerjaan rumah. Selain itu, lebih banyak karyawan perempuan yang bekerja monoton dalam jangka waktu yang cukup lama kurang bisa mengontrol kondisi, performa, serta kinerja kerja mereka.<sup>10,11</sup> Hal ini pula yang meningkatkan tekanan pada karyawan perempuan, yang berujung pada terjadinya depresi.

Beberapa penelitian sebelumnya juga menyebutkan faktor lain seperti umur, status pernikahan, dan paritas secara signifikan mempengaruhi terjadinya depresi pada karyawan perempuan.<sup>9,12,13</sup> Namun, pada penelitian ini menemukan tidak adanya perbedaan kejadian depresi yang signifikan pada karyawan perempuan berdasarkan beberapa variabel tersebut. Hal ini dapat saja terjadi karena dua hal: (1) sampel yang digunakan dalam penelitian ini kurang banyak, atau (2) faktor lingkungan dan sosial budaya di tempat penelitian ini berbeda dengan tempat penelitian sebelumnya.

Penelitian ini menemukan karyawan perempuan yang mempunyai usia tua cenderung lebih banyak mengalami depresi. Hasil berbeda yang

didapatkan dengan data dari US *National Comorbidity Survey* (NCS) dan penelitian oleh Park, dkk pada tahun 2009 yang justru menemukan prevalensi depresi paling tinggi ditemukan pada karyawan perempuan berusia dewasa muda. Hal ini dapat saja terjadi mengingat jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini kurang banyak dan distribusi sampel penelitian berdasarkan umur yang kurang merata, dimana sampel didominasi oleh usia muda. Selain itu, penelitian sebelumnya juga dilakukan menggunakan studi cohort yang lebih matang daripada rancangan studi cross-sectional. Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa usia tua meningkatkan rasio prevalensi terjadinya depresi pada karyawan perempuan sebesar 1,839 kali.<sup>12</sup>

Pada penelitian ini ditemukan karyawan perempuan yang menikah cenderung lebih banyak mengalami depresi. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-square menemukan responden yang berstatus menikah terlihat menunjukkan peningkatan rasio prevalensi terhadap terjadinya depresi, namun secara statistik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan (RP = 1,281, IK 95% = 0,900 - 1,823,  $p = 0,311$ ). Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Cho, dkk yang menemukan kejadian depresi lebih banyak terjadi pada karyawan perempuan dengan status tidak menikah.<sup>9</sup> Hal ini dapat terjadi karena sampel yang digunakan dalam penelitian sebelumnya tidak merata secara status pernikahannya. Selain itu, hal ini juga dapat terjadi mengingat perempuan yang sudah berumah tangga memiliki tanggung jawab yang lebih banyak dibandingkan dengan yang belum berumah tangga atau masih hidup sendiri. Hal ini terkait tanggung jawab mereka di tempat kerja juga di rumah untuk mengurus keluarga, sehingga beban mereka pun otomatis meningkat.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan karyawan perempuan yang mempunyai anak banyak cenderung lebih banyak mengalami depresi. Hasil analisis data menemukan bahwa jumlah anak banyak meningkatkan rasio prevalensi terjadinya depresi pada karyawan perempuan sebesar 1,295 kali. Penelitian sebelumnya menemukan hasil serupa dengan penelitian ini, dimana hal tersebut dapat dikaitkan dengan adanya anak dalam keluarga terutama yang masih kecil atau balita membutuhkan perhatian yang lebih dari orang tuanya, sehingga para karyawan perempuan pun cenderung kembali menghabiskan waktunya untuk mengurus anak di rumah, ketimbang untuk beristirahat.<sup>13,14</sup> Akan tetapi, mungkin akan berbeda dengan anak yang sudah remaja, yang cenderung lebih mampu untuk mengurus dirinya sendiri, dimana dalam penelitian ini belum diteliti lebih lanjut terkait ada atau

tidaknya perbedaan kejadian depresi pada karyawan perempuan berdasarkan umur anaknya.

Beberapa hal menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Beberapa variabel belum dapat dikatakan sebagai faktor yang meningkatkan rasio prevalensi terhadap kejadian depresi, karena meskipun dari hasil analisis bivariat nilai RP ditemukan  $>1$ , namun dalam IK 95% mencakup angka 1, yang dapat diartikan bahwa variabel tersebut bukan lah faktor risiko dari suatu efek. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji bivariat antara umur, status pernikahan, dan paritas terhadap kejadian depresi pada karyawan perempuan. Hasil ini dapat saja disebabkan oleh dua hal: (1) variabel umur, status pernikahan, dan paritas memang bukan merupakan faktor yang meningkatkan rasio prevalensi kejadian depresi pada karyawan perempuan, atau (2) jumlah subjek yang diteliti kurang banyak.

Studi ini menggunakan rancangan *cross-sectional*, dimana dari hasil analisis data didapatkan nilai rasio prevalensi. Akan tetapi, rasio prevalensi tidak menunjukkan besarnya risiko karena tidak adanya periode waktu penelitian. Hal ini juga menjadi keterbatasan studi ini, dimana rasio prevalensi hanya lah estimasi dari risiko relatif. Sehingga, diperlukan studi lanjutan berupa *case control* atau *cohort* terkait efek lama kerja panjang terhadap terjadinya depresi pada karyawan perempuan.

Keterbatasan lainnya yakni pengukuran depresi hanya berdasarkan dari kuesioner HDRS, tidak dinilai dari tanda dan gejala depresi yang dirasakan subjek. Sehingga, diperlukan pengukuran lanjutan secara klinis terhadap subjek yang dalam penelitian ini ditemukan mengalami depresi.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan simpulan bahwa terdapat perbedaan kejadian depresi yang signifikan pada karyawan perempuan dengan lama kerja panjang dan lama kerja pendek di perusahaan Bisma Group Denpasar.

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih luas dan desain penelitian yang berbeda untuk mengetahui efek lama kerja panjang terhadap kejadian depresi pada karyawan perempuan. Adapun bagi perusahaan disarankan sebaiknya diadakan sosialisasi di awal masa kerja bahwa lingkungan kerja *sales and services* berhubungan dengan pencapaian target tertentu, sehingga karyawan bisa menyiapkan mental sejak awal. Perancangan target perusahaan juga dapat dibuat berjenjang proporsional, sehingga diharapkan bisa memotivasi karyawan dan bagi karyawan yang berhasil mencapai target yang lebih tinggi dapat diberikan *reward* yang lebih besar. Pembagian karyawan atas beberapa

kelompok kerja juga diharapkan dapat mengurangi tekanan secara pribadi. Perusahaan juga sebaiknya melakukan rotasi atau mutasi jabatan secara berkala untuk menghilangkan kejenuhan terhadap pekerjaan yang sifatnya rutinitas.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Nasution K & Adi NP. Stres okupasi, masalah kesehatan pekerja yang terabaikan. J Indon Med Assoc. 2011;61(12):471-3.
2. Bilsker D, Gilbert M, Myette TL, Stewart-Patterson C. Depression & work function: bridging the gap between mental health care & the workplace. Healthcare Benefit Trust. 2004.
3. World Health Organization. Depression is a common illness and people suffering from depression need support and treatment. Geneva: World Health Organization. 2012.
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Data prevalensi depresi di dunia dan Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2004.
5. Kristiati A, Hubungan stressor psikososial dengan kecenderungan depresi pada usia produktif di wilayah kerja puskesmas strata 1 Kota Yogyakarta tahun 2003. Universitas Diponegoro. 2003.
6. European Depression Association. Depression: a guide for employers and employees. Belgium: European Depression Association. 2012.
7. Gilmour H & Patten SB. Depression at work. Perspectives. 2007;75:19-31.
8. Virtanen M, Ferrie JE, Singh-Manoux A, Shipley MJ, Stansfeld SA, Marmot MG, Ahola K, Vahtera J, Kivimäki M. Long working hours and symptoms of anxiety and depression: a 5-year follow-up of the Whitehall II study. Psychological Medicine. 2011.
9. Cho HS, Kim YW, Park HW, Lee KH, Jeong BG, Kang YS, Park KS. The relationship between depressive symptoms among female workers and job stress and sleep quality. Annals of Occupational and Environmental Medicine. 2013.
10. Matthews S & Power C. Socio-economic gradients in psychological distress: a focus on women, social roles and work-home characteristics. Social Science and Medicine. 2002;54:799-810.
11. Lundberg U & Hellström B. Workload and morning salivary cortisol in women. Work & Stress. 2002;16:356-63.
12. Park SG, Min KB, Chang SJ, Kim HC, Min JY. Job stress and depressive symptoms among Korean employees: the effects of culture on work. Int Arch Occup Environ Health. 2009;82:397-405.
13. Plaisier I. Work and mental health: studies on the impact characteristics, social roles and gender. Vrije Universiteit Amsterdam. 2009.

14. Helbig S, Lampert T, Klose M, Jacobi F. Is parenthood associated with normal mental health? Findings from an epidemiological community survey. *Soc.Psychiatry Psychiatr.Epidemiol.* 2006;41:889-96.