

# Apakah Bekerja Lebih Lama Mengarah pada Depresi yang Lebih Tinggi? Sebuah Studi tentang Jam Kerja dan Gejala Depresi = Does Working More Lead to Greater Depression? A Study on Working Hours and Depressive Symptoms

Arvin Imamsatria Widijanto, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920548699&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Studi ini menyelidiki hubungan kompleks antara jam kerja dan gejala depresi di kalangan karyawan di Indonesia, dengan menggunakan data dari gelombang keempat dan kelima RAND Indonesian Family Life Survey (IFLS). Dengan fokus khusus pada berbagai kelompok sosial ekonomi dan demografi, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan yang signifikan dalam literatur yang ada dengan memberikan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana jam kerja mempengaruhi kesehatan mental dalam konteks sosial budaya dan ekonomi yang unik di Indonesia serta mencoba mengatasi masalah kausalitas terbalik (yang sebagian besar diabaikan dalam studi lain di Indonesia). Analisis ini menggunakan model regresi logit untuk memeriksa efek deviasi dari rata-rata jam kerja sektoral terhadap gejala depresi, dengan perhatian khusus pada hubungan non-linier. Temuan utama menunjukkan hubungan kurva berbentuk “U” untuk kelompok utama dan subkelompok perempuan, yang mana penyimpangan dari rata-rata jam kerja awalnya mengurangi gejala depresi tetapi secara signifikan meningkatkannya setelah melewati ambang tertentu. Untuk subkelompok usia 15-25 tahun dan subkelompok pendapatan “miskin”, hubungan kurva eksponensial positif diamati, menunjukkan bahwa gejala depresi meningkat lebih tajam dengan penyimpangan dari rata-rata jam kerja. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi dan kebijakan kesehatan mental yang ditargetkan, dengan mempertimbangkan perubahan sosial ekonomi yang lebih luas yang dapat mempengaruhi kesehatan mental.

.....This study investigates the complex relationship between working hours and depressive symptoms among employees in Indonesia, utilizing data from the fourth and fifth waves of the RAND Indonesian Family Life Survey (IFLS). With a specific focus on various socioeconomic and demographic groups, this research aims to fill a notable gap in existing literature by providing a nuanced understanding of how working hours impact mental health within the unique socio-cultural and economic context of Indonesia and while attempting to address reverse causality issues (mostly glossed over in other studies in Indonesia). The analysis employs a logit regression model to examine the effects of deviations from sectoral average working hours on depressive symptoms, with particular attention to non-linear relationships. Key findings indicate a U-shaped curve relationship for the main group and female subgroup, where deviations from average working hours initially reduce depressive symptoms but significantly increase them beyond a certain threshold. For the 15-25 age subgroup and “poor” income subgroup, a positive exponential curve relationship is observed, indicating that depressive symptoms increase more sharply with deviations from average working hours. These findings underscore the importance of targeted mental health interventions and policies considering broader socio-economic changes that may impact mental health.