

Risiko psikososial di industri minyak dan gas bumi (MIGAS): Tinjauan literatur naratif

Arif Susanto ^{a,1,*}, Ramadhania Putri ^{b,2}

^a Magister Terapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Sekolah Vokasi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

^b Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Riau

¹ arifsusanto@mail.ugm.ac.id*; ² dhaniapu@gmail.com

* corresponding author

INFO ARTIKEL

Article history

Received : 11 Juni 2025

Revised : 2 Juli 2025

Accepted : 21 Juli 2025

Keywords

Industri minyak dan gas

Tinjauan literatur naratif

SANRA

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3)

Risiko psikososial

ABSTRAK

Risiko psikososial merupakan akibat dari bahaya psikososial di tempat kerja yang merujuk pada faktor-faktor dalam lingkungan kerja yang mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan pekerja. Risiko ini menjadi tantangan tersembunyi, tetapi memiliki signifikansi pada sektor industri minyak dan gas (MIGAS) karena berdampak langsung selain terhadap kesehatan mental juga pada keselamatan dan kesehatan kerja (K3). Tinjauan tematik yang menyeluruh terhadap isu ini masih relatif terbatas, khususnya yang mengintegrasikan temuan dari artikel empiris dan tinjauan literatur. Tujuan penelitian ini untuk memetakan risiko psikososial pada pekerja MIGAS melalui tinjauan literatur naratif terhadap 21 artikel ilmiah yang dipublikasikan antara 2019 hingga 2024, terdiri dari 15 artikel penelitian empiris dan 6 artikel tinjauan pustaka. Artikel tersebut kemudian dilakukan evaluasi untuk menilai kualitas metodologisnya menggunakan instrumen *Scale for the Assessment of Narrative Review Articles* (SANRA) untuk menilai sebuah artikel pada tinjauan naratif. Data yang terkumpul disintesis secara induktif berdasarkan tema. Hasil tinjauan menunjukkan terdapat 6 tema utama, yaitu: stres kerja dan *burnout*, kelelahan kerja dan beban mental, tekanan sosial dan tantangan psikososial individu, faktor organisasi dan kepemimpinan, hubungan risiko psikososial dengan keselamatan kerja, serta keterbatasan dukungan kesehatan kerja. Temuan ini menunjukkan bahwa risiko psikososial bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh interaksi antara individu, organisasi, dan sistem kerja. Tinjauan ini memberikan kontribusi berupa sintesis berbasis bukti yang dapat mendasari pengembangan intervensi keselamatan dan kesehatan kerja yang lebih kontekstual di industri MIGAS berisiko tinggi.



This is an open access article under the [CC-BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

1. Pendahuluan

Industri minyak dan gas (MIGAS) bumi merupakan salah satu sektor strategis yang berperan penting dalam pembangunan ekonomi serta penyediaan energi nasional dan global. Di balik kontribusinya, lingkungan kerja di sektor ini dikenal sangat menantang, baik secara fisik maupun psikologis (D'Antoine *et al.*, 2023; Irena Leszczyńska, 2010). Tekanan produksi yang tinggi, sistem kerja bergilir seperti shift dan *Fly-In Fly-Out* (FIFO), serta kondisi geografis yang terisolasi menjadi kombinasi faktor yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan mental pada pekerja MIGAS (D'Antoine *et al.*, 2023). Studi di Iran menunjukkan bahwa 43,4% pekerja shift 8 jam di industri petrokimia mengalami masalah kesehatan mental, terutama disfungsi sosial dan kelelahan umum. Ditemukan pula korelasi sedang antara kelelahan dan gangguan seperti kecemasan, *insomnia*, dan *depresi berat* (Bazazan *et al.*, 2019). Penelitian lanjutan pada shift 12 jam di lokasi serupa menunjukkan bahwa kelelahan dan tekanan psikologis sangat terkait dengan nilai r sebesar 0,62 (Asare *et al.*, 2021).

Sebuah studi potong lintang terhadap 251 pekerja *offshore* di Iran ditemukan bahwa tuntutan pekerjaan psikologis dan fisik secara signifikan berhubungan dengan kelelahan, terutama kelelahan mental. Skor rerata kelelahan total berdasarkan *Multidimensional Fatigue Inventory* (MFI-20) sebesar 56,3. Hal tersebut menunjukkan tingginya beban kelelahan yang dialami pekerja (Bazazan *et al.*, 2023). Di Indonesia, studi terhadap 116 pekerja kantor di sektor MIGAS menunjukkan bahwa beban kerja mental secara signifikan menurunkan kualitas tidur, dimana kualitas tidur ini menjadi mediator penting dalam memicu kelelahan kerja (Kusmawan, 2024). Di Kuwait, sebuah studi terhadap 387 pekerja MIGAS menunjukkan bahwa stresor kerja berdampak negatif terhadap perilaku keselamatan, baik secara langsung maupun melalui mediasi faktor kesehatan mental dan kelelahan (Alroomi & Mohamed, 2022).

Permasalahan ini dapat dipahami melalui kerangka *Job Demands–Resources Model* (JD–R) yang dikembangkan oleh Demerouti *et al.* tahun 2001. Model ini menjelaskan bahwa gangguan psikososial seperti kelelahan dan *burnout* muncul ketika tuntutan pekerjaan yang tinggi tidak diimbangi dengan sumber daya pekerjaan yang memadai (Schaufeli, 2017). Tuntutan seperti beban kerja berat, tekanan waktu dan konflik peran akan menguras energi pekerja jika tidak didukung oleh sumber daya seperti dukungan sosial, kejelasan peran ataupun otonomi kerja. Dalam *health impairment process*, kondisi ini dapat menyebabkan stres kronis dan gangguan kesehatan mental. Situasi ini sangat relevan di sektor MIGAS

yang penuh tekanan, lingkungan kerja ekstrem, dan keterbatasan dukungan psikososial (Singh *et al.*, 2016).

Selain beban kerja, faktor sosial seperti perundungan (*bullying*) juga berkontribusi terhadap risiko psikososial. Studi terhadap 206 pekerja *offshore* MIGAS di Indonesia menunjukkan bahwa perundungan kerja berkorelasi kuat dengan tekanan psikologis dengan nilai r sebesar 0,705 dan menurunkan kepuasan hidup ($r = -0,213$), terutama pada pekerja tetap dan staf (Kamto *et al.*, 2022). Apabila permasalahan tersebut tidak ditangani maka bukan hanya merugikan individu pekerja, tetapi juga menurunkan produktivitas dan memperburuk budaya keselamatan kerja. Selain itu, gangguan psikososial juga berpotensi meningkatkan angka kecelakaan kerja, khususnya dalam situasi kerja berisiko tinggi seperti di sektor MIGAS.

Meskipun isu risiko psikososial di industri MIGAS telah menjadi perhatian dalam berbagai penelitian, sebagian besar studi yang ada bersifat terpisah-pisah dan berfokus pada aspek tertentu tanpa menyajikan gambaran yang utuh. Tinjauan yang menyusun sintesis tematik secara menyeluruh dan terstruktur masih sangat terbatas, terutama yang mengintegrasikan temuan dari berbagai pendekatan metodologis. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan akan telaah literatur yang mampu menyatukan beragam temuan secara komprehensif untuk memahami karakteristik risiko psikososial dalam konteks kerja berisiko tinggi seperti industri MIGAS. Dengan demikian, artikel ini disusun sebagai *narrative review* terhadap 21 artikel ilmiah yang terdiri atas studi empiris dan tinjauan literatur serta memiliki relevansi dengan topik psikososial di sektor MIGAS. Evaluasi kualitas dilakukan menggunakan instrumen *Scale for the Assessment of Narrative Review Articles* (SANRA). Temuan dari artikel-artikel tersebut dianalisis secara tematik dan dikelompokkan ke dalam enam tema utama, guna menyajikan pemetaan yang sistematis mengenai bentuk, sumber dan dampak risiko psikososial yang dialami oleh pekerja MIGAS.

Tinjauan ini diharapkan tidak hanya memperkaya literatur akademik mengenai risiko psikososial di sektor MIGAS. Hasil sintesis ini dapat digunakan sebagai landasan dalam menyusun intervensi yang lebih spesifik, baik dalam aspek preventif maupun promotif. Dengan demikian, kesejahteraan psikososial pekerja dan produktivitas organisasi dapat ditingkatkan secara berkelanjutan. Pemanfaatan melalui pendekatan tematik berbasis *sintesis naratif* ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam membangun pemetaan konseptual mengenai faktor-faktor risiko psikososial di sektor MIGAS yang selama ini masih tersebar dan kurang terintegrasi. Pemetaan ini diharapkan dapat menjadi landasan

konseptual awal untuk perumusan model intervensi yang lebih kontekstual dalam praktik keselamatan dan kesehatan kerja di industri MIGAS.

Tinjauan naratif ini dilaksanakan dengan menyatukan beragam temuan dan dikelompokkan menjadi menjadi 6 kategori utama yang merepresentasikan karakteristik risiko secara komprehensif dan terstruktur. Tinjauan inipun juga diharapkan dapat mengidentifikasi hubungan antara faktor individu, pekerjaan dan organisasi dalam pembentukan tekanan psikososial di sektor MIGAS. Diharapkan bahwa temuan pada tinjauan ini dapat memperkaya landasan konseptual untuk pengembangan intervensi berbasis bukti yang lebih kontekstual dan terarah. Selain itu, hasil tinjauan ini dapat dimanfaatkan juga sebagai referensi praktis bagi manajemen K3, perancang kebijakan, maupun peneliti yang menaruh perhatian pada isu kesejahteraan kerja di sektor MIGAS.

2. Metode

Penelitian ini merupakan tinjauan literatur naratif (*narrative literature review*). Tujuan studi ini untuk mengeksplorasi risiko psikososial pada pekerja industri minyak dan gas (Migas). Pendekatan ini dipilih karena mampu menyajikan sintesis tematik dari berbagai temuan empiris dan *literature review* yang menggambarkan kompleksitas faktor psikososial dalam konteks kerja, khususnya pada sektor MIGAS yang memiliki risiko tinggi. Penelusuran literatur dilakukan secara *purposif* melalui basis data internasional seperti *PubMed*, *ScienceDirect*, dan *Google Scholar*, serta jurnal nasional bereputasi dalam indeks SINTA. Kata kunci yang digunakan merupakan kombinasi istilah dalam Bahasa Indonesia dan Inggris, antara lain yaitu: *psychosocial risk*, *oil and gas industry*, *mental workload*, *occupational stress*, *safety behavior*, *risiko psikososial*, dan *industri minyak dan gas*.

Pencarian dilakukan pada tahun 2025, dengan pertimbangan keterkinian dan relevansi. Artikel yang dipilih memenuhi kriteria inklusif yaitu: artikel ilmiah diterbitkan dalam rentang tahun 2019-2024, tersedia dalam akses penuh (*open access*), relevan dengan topik psikososial serta berasal dari jurnal bereputasi nasional atau internasional. Diperoleh sebanyak 21 artikel yang dapat digunakan dalam tinjauan ini. Terdapat sebanyak 15 artikel penelitian empiris dan 6 artikel *literature review*. Artikel-artikel tersebut dipilih berdasarkan keterkaitan isi dengan tema psikososial di sektor MIGAS dan kontribusinya terhadap pembentukan sintesis tematik yang komprehensif. Pemilihan artikel pada penelitian ini tetap mengacu pada prinsip-prinsip akademik, yaitu: artikel relevan dengan topik risiko psikososial di sektor MIGAS, terbit dalam 5 tahun terakhir (2019–2024), ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Inggris, memiliki akses terbuka (*open access*), dan memiliki kualitas

sumber yang dapat dipertanggungjawabkan (*peer-reviewed* dan bereputasi). Artikel yang tidak masuk kriteria atau kriteria eksklusi pada penelitian ini berupa opini, komentar, skripsi, tesis atau disertasi tidak disertakan dalam analisis.

Sebanyak 21 artikel ilmiah dimasukkan dalam tinjauan ini setelah melalui proses seleksi berbasis kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu: terbit pada tahun 2019-2024, tersedia dalam akses penuh (*open access*), relevan dengan topik psikososial di sektor industri minyak dan gas, serta memiliki populasi studi pekerja MIGAS (*onshore* maupun *offshore*). Artikel yang tidak memenuhi salah satu dari kriteria tersebut dieliminasi selama tahap skrining judul, abstrak, dan telaah teks penuh. Dari total keseluruhan artikel, sebanyak 15 artikel merupakan hasil penelitian empiris (kuantitatif, kualitatif ataupun campuran). Artikel empiris ini tidak dinilai menggunakan instrumen khusus, tetapi dianggap memenuhi syarat kelayakan karena lolos seleksi berbasis kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat.

Sementara itu, terdapat 6 artikel lainnya bertipe *literature review* dan digunakan untuk memperkuat kerangka konseptual dan sintesis naratif dalam tinjauan ini. Artikel-artikel tersebut dinilai kualitasnya menggunakan instrumen SANRA yang mencakup 5 indikator penilaian. Indikator penilaian tersebut terdiri atas: (1) justifikasi pentingnya topik, (2) kejelasan tujuan, (3) cakupan literatur, (4) kualitas sumber, dan (5) kontribusi ilmiah. Masing-masing indikator kemudian diberi skor antara 0–2, dimana nilai skor 0 berarti tidak ada atau sangat kurang, skor 1 berarti cukup dan nilai 2 berarti sangat baik. Skor total maksimal penilaian indikator adalah 10. Agar menjamin kualitas literatur yang digunakan sebanyak 6 artikel bertipe *literature review* juga dievaluasi menggunakan instrumen yang sama. Artikel yang memperoleh skor ≥ 8 dipertahankan sebagai sumber konseptual dalam sintesis tinjauan.

Teknik analisis data dilakukan secara tematik dan induktif. Setiap artikel dilakukan *review* untuk mengidentifikasi fokus studi, metode dan temuan utama terkait risiko psikososial. Hasilnya diklasifikasikan ke dalam 6 tema utama, yaitu: (1) stres kerja dan *burnout*, (2) kelelahan kerja dan beban mental, (3) tantangan psikososial individu dan sosial, (4) faktor organisasi dan kepemimpinan, (5) psikososial dan keselamatan kerja, dan (6) kesehatan kerja dan *burnout*. Sintesis naratif disusun secara sistematis untuk menggambarkan pola temuan, keterkaitan antar tema, serta implikasi praktis bagi manajemen risiko psikososial di sektor MIGAS.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penilaian dengan instrumen SANRA menunjukkan bahwa seluruh artikel *literature review* dan ditampilkan pada Tabel 1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tinjauan terhadap sejumlah artikel jurnal tersebut memiliki mutu yang baik, dengan skor berkisar antara 8 hingga 10. Hal ini pun juga menegaskan bahwa literatur yang disintesis telah memenuhi standar kualitas ilmiah yang memadai dalam hal relevansi, cakupan, kejelasan, serta kontribusi terhadap pemahaman risiko psikososial di sektor MIGAS. Tinjauan ini menganalisis 21 artikel yang membahas risiko psikososial di sektor MIGAS. Tabel 2 menyajikan ringkasan masing-masing artikel berdasarkan metode, fokus tematik, dan temuan utama.

Berdasarkan sintesis 21 artikel, teridentifikasi 6 tema utama yang merepresentasikan risiko psikososial pada pekerja MIGAS. Tabel 3 berikut menyajikan ringkasan tema, jumlah artikel pendukung, serta sub-tema yang dibahas dalam setiap kategori.

Tabel 1. Penilaian SANRA untuk 6 Artikel Review

No	Judul Artikel	Skor 1 Justifikasi Topik	Skor 2 Tujuan Jelas	Skor 3 Cakupan Literatur	Skor 4 Kualitas Sumber	Skor 5 Kontribusi Ilmiah	Total Skor
1	<i>Psychosocial Factors and Safety in High-Risk Industries</i>	2	2	2	2	2	10
2	<i>Burnout Syndrome among Oil and Gas Workers</i>	2	2	2	1	2	9
3	<i>Pattern of Psychosocial Challenges among Oil & Gas Workers</i>	2	2	1	2	2	9
4	<i>A Narrative Review of Health Status and Healthcare Delivery in O&G</i>	2	2	1	2	1	8
5	<i>Safety Climate and Technology in O&G</i>	1	2	1	2	2	8
6	<i>Psychological Safety in HSE</i>	2	2	1	2	1	8

Tabel 2. Ringkasan Artikel Ilmiah yang Terkumpul

No	Judul Artikel	Metode	Tema Utama	Sub-Tema
1	<i>Psychological and psychosocial impact during Covid-19 among Iranian oil refineries personnel</i>	Longitudinal kuantitatif	Dampak psikologis COVID-19	<i>Burnout</i> , stres kerja, beban mental, memori
2	Faktor yang memengaruhi <i>psychological safety</i> dalam HSE di Industri MIGAS	<i>Literature Review</i> (PRISMA)	<i>Psychological safety</i>	Faktor individu, interpersonal, organisasi, kepemimpinan
3	<i>Psychosocial risk factors and stress in an Oil company in Congo</i>	Kuantitatif	Risiko psikososial dan stres	<i>Workload</i> , tuntutan emosional, konflik kerja-rumah

No	Judul Artikel	Metode	Tema Utama	Sub-Tema
4	<i>The impact of safety climate on human-technology interaction</i>	SEM kuantitatif	Safety climate dan interaksi manusia-teknologi	IoT, CPS, big data, <i>safety culture</i> .
5	<i>Work-related fatigue among Indonesian offshore Oil and Gas workers</i>	Longitudinal (OFER15)	Kelelahan kerja	Akumulasi kelelahan akut, kronis, <i>intershift recovery</i> , tuntutan psikologis
6	<i>Psychosocial safety and health hazards in offshore O&G workers</i>	Kualitatif	Bahaya psikososial dan keselamatan <i>offshore</i>	Tekanan, isolasi, intimidasi, Covid-19
7	<i>Psychosocial factors and safety in high-risk industries: a systematic literature review</i>	SLR	Psikososial dan keselamatan kerja	JD-R Model, stres kerja, perilaku keselamatan, <i>outcome</i> organisasi
8	<i>Occupational stressors & safety behaviour in Kuwait</i>	Kuantitatif	Stres kerja dan perilaku safety	Peran mediasi kesehatan mental dan <i>fatigue</i>
9	<i>Job stress and working capacity of FIFO workers in Arctic</i>	Kuantitatif	Stres dan kapasitas kerja	Kortisol, kapasitas kerja, strategi adaptasi
10	<i>Burnout syndrome among Oil and Gas workers: a systematic literature review</i>	SLR	<i>Burnout</i> dan stres kerja	Kondisi kerja, konflik kerja-rumah, komitmen organisasi, kelelahan mental
11	<i>Workplace bullying among offshore workers of an Oil and Gas Company</i>	Kuantitatif	<i>Bullying</i> kerja dan kesehatan psikologis	<i>Psychological distress</i> , <i>satisfaction with life</i> ; karyawan kontrak versus (vs.) karyawan tetap; staff vs. non-staff
12	<i>Assessing the relationship between mental workload and work fatigue among oil and gas workers</i>	Kuantitatif	Beban kerja mental dan kelelahan	Beban kerja terhadap kualitas tidur terhadap kelelahan kerja; kualitas tidur sebagai mediator utama
13	<i>Pattern of psychosocial challenges among Oil & Gas workers: a systematic Review</i>	Systematic Review	Tantangan psikososial	Kepribadian, demografi, gangguan kesehatan, risiko psikososial
14	<i>The analysis of the effect of a mental workload and burnout on employees' safety behavior in the Oil and Gas industry using roster systems</i>	Kuantitatif (PLS-SEM)	Psikososial dan Perilaku Keselamatan	Mental <i>workload</i> , <i>burnout</i> , sistem roster
15	pengaruh beban kerja terhadap persepsi keselamatan pada pekerja lapangan di industri Minyak dan Gas	Kuantitatif dan kualitatif	Beban kerja dan keselamatan kerja	Beban kerja tinggi berpengaruh negatif pada persepsi keselamatan; implikasi kecelakaan kerja
16	<i>Psychosocial risks and mental disorders among Mexican Oil workers</i>	Kuantitatif	Risiko psikososial dan gangguan mental	Hubungan stres dan <i>burnout</i> terhadap gangguan mental
17	<i>Do Leadership, organizational communication, and work environment impact employees' psychosocial hazards in the Oil and Gas industry</i>	Kuantitatif (PLS-SEM)	Bahaya psikososial di tempat kerja	Pengaruh kepemimpinan, komunikasi, dan lingkungan kerja terhadap ekspektasi pekerjaan, kontrol, peran, dan relasi
18	<i>A Narrative Review of Health Status and Healthcare Delivery in the Oil and Gas industry</i>	Narrative review	Kesehatan kerja dan <i>burnout</i>	FIFO, <i>telemedicine</i> , akses kesehatan, layanan darurat, kesehatan mental
19	<i>Physical and psychological job demands and fatigue experience among offshore workers</i>	Kuantitatif	Beban kerja dan kelelahan	Beban fisik dan psikologis, hubungan dengan kelelahan fisik dan mental
20	Prevalensi dan aspek risiko psikososial di industri Minyak dan Gas	Deskriptif semi-kuantitatif	Risiko psikososial dan organisasi	Lingkungan kerja, sosial, rumah tangga, tekanan psikologis, beban kerja
21	<i>Identification of risk factors for work stress field workers in Oil and Gas industry</i>	Literature review	Stres kerja lapangan	Usia, masa kerja, konflik interpersonal, beban kerja, kepemimpinan

Tabel 3. Sintesis Risiko Psikososial Berdasarkan Tema

No	Tema Utama	No. Artikel	Sub-Tema
1	Stres kerja dan <i>burnout</i>	1, 8, 9, 10, 21	<i>Burnout</i> , stres kerja, konflik kerja-rumah
2	Kelelahan kerja dan beban mental	5, 12, 15, 19	<i>Mental workload</i> , kualitas tidur, <i>fatigue</i>
3	Tantangan psikososial individu dan sosial	6, 11, 13, 16, 20	<i>Bullying</i> , <i>distress</i> , kepribadian, demografi, gangguan mental
4	Faktor organisasi dan kepemimpinan	2, 4, 17	Komunikasi, kepemimpinan, iklim kerja, budaya keselamatan
5	Psikososial dan keselamatan kerja	7, 11, 14	JD-R Model, <i>burnout</i> terhadap <i>safety behavior</i>
6	Kesehatan kerja dan <i>burnout</i>	5, 18	Akses layanan kesehatan, <i>telemedicine</i> , FIFO

Burnout menjadi isu dominan dalam industri MIGAS, khususnya di kalangan pekerja lapangan yang menghadapi tekanan operasional tinggi dan jadwal kerja bergilir. Kondisi ini diperburuk oleh lingkungan kerja ekstrem, jam kerja panjang, serta ketidakpastian struktural. *Burnout* mencakup tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi kerja (Maslach *et al.*, 2001). Definisi ini diperkuat oleh klasifikasi WHO dalam ICD-11 (2019) yang menggambarkan bahwa *burnout* sebagai sindrom akibat stres kerja kronis. Stres kerja kronis ini memiliki tiga ciri serupa dan terdiri atas kelelahan energi, jarak mental terhadap pekerjaan, dan penurunan efektivitas profesional (WHO, 2019).

Studi oleh Rahman *et al.* (2024) mengkonfirmasi bahwa pekerja MIGAS mengalami *burnout* berat terutama pada fase proyek dan saat penugasan jauh dari keluarga (Amin *et al.*, 2024). Di Indonesia, Sulistyaningsih & Daulay (2023) menunjukkan hubungan langsung antara stres kerja dan *burnout* dengan peningkatan risiko kecelakaan kerja pada pekerja onshore (Laksono & Widanarko, 2024). Sementara itu, Jiang *et al.* (2017) dari studi WoS menunjukkan bahwa *burnout* juga dipicu oleh kondisi sosial seperti isolasi, minimnya waktu istirahat, dan tekanan target produksi yang berlebihan di lokasi terpencil (Rani *et al.*, 2022). Temuan ini konsisten dan memperkuat argumen bahwa *burnout* di industri MIGAS bersifat sistemik dan memerlukan intervensi organisasi berbasis pendekatan psikososial.

Kelelahan kerja di sektor MIGAS merupakan konsekuensi dari beban mental dan fisik jangka panjang, dipicu oleh shift panjang, tekanan kognitif, serta gangguan kualitas tidur. Dampaknya meliputi penurunan efektivitas kerja dan peningkatan risiko keselamatan. Studi yang dilaksanakan di Jambi menerapkan NASA-TLX dan PSQI. Hasil studi tersebut ditemukan bahwa mental *workload* berdampak tidak langsung pada *fatigue*, tetapi berperan melalui gangguan kualitas tidur yang secara signifikan menaikkan kelelahan kerja atau sebagai mediasi penuh melalui kualitas tidur (Kusmawan, 2024).

Penelitian *offshore rig* di Indonesia (2024) dengan OFER-15 menunjukkan bahwa kelelahan akut dan kronis meningkat signifikan dalam waktu 4 minggu, dengan pemulihan

antar shift menurun, yang dipengaruhi langsung oleh tekanan psikologis pekerjaan (Aria et al., 2024). Dan studi Kuwait (2018) tentang MIGAS menyimpulkan bahwa kelelahan memediasi hubungan antara stres kerja (termasuk beban keluarga/sosial) dan perilaku keselamatan. Artinya, tekanan mental tidak hanya membuat lelah, tapi juga berdampak pada risiko keselamatan (Alroomi & Mohamed, 2022).

Tantangan psikososial dalam industri MIGAS tidak hanya ditentukan oleh beban kerja atau faktor organisasi, tetapi juga oleh dinamika interpersonal dan karakter individu. Hubungan ini muncul dalam bentuk *bullying*, tekanan sosial, dan karakter personal yang memengaruhi adaptasi terhadap tekanan kerja. Hasil survei pada lebih dari 1.000 pekerja lepas pantai di Norwegia dan menunjukkan bahwa *bullying* di tempat kerja merupakan prediktor masalah kesehatan mental lebih kuat dibandingkan persepsi risiko operasional. *Self-esteem* hanya memberikan efek moderasi pada persepsi risiko, tapi tidak mengurangi dampak *bullying*. Kondisi ini menegaskan betapa kuatnya tekanan interpersonal dalam membentuk kondisi psikososial pekerja MIGAS (Nielsen et al., 2013).

Faktor kepribadian termasuk neurotisisme, demografi, karakter emosional dan kondisi sosial karyawan memiliki pengaruh signifikan terhadap perbedaan kondisi mental para pekerja di berbagai negara. Karakteristik individu tersebut dapat memengaruhi persepsi terhadap tekanan kerja dan respon psikologis yang ditimbulkan. Mereka menekankan bahwa karakter dan demografi dapat memperkuat atau melemahkan dampak tekanan kerja melalui *coping styles* yang berbeda. Artinya, strategi penyesuaian diri yang dipilih pekerja berperan penting dalam menekan atau memperburuk dampak psikososial. Dengan demikian, pendekatan manajemen risiko psikososial di industri MIGAS perlu mempertimbangkan faktor kepribadian dan latar belakang sosial individu secara lebih spesifik (Rani et al., 2022).

Kepemimpinan, komunikasi organisasi, dan kondisi kerja merupakan pengaruh utama pada risiko psikososial pekerja MIGAS. Gaya kepemimpinan yang suportif, komunikasi yang jelas, dan lingkungan kerja yang baik dapat menurunkan bahaya psikososial secara signifikan. Studi PLS-SEM pada 380 pekerja hulu MIGAS Malaysia menyimpulkan bahwa gaya kepemimpinan, komunikasi organisasi, dan kondisi kerja secara negatif terkait dengan bahaya psikososial (*job demands*, *role clarity* dan hubungan interpersonal). Artinya, semakin baik praktik kepemimpinan dan komunikasi, semakin rendah stres dan potensi gangguan psikososial (Naji et al., 2022). Penelitian kualitatif pada pekerja *offshore* di Australia menemukan bahwa kurangnya dukungan manajemen dan komunikasi yang buruk memicu ketidakamanan psikologis, isolasi, intimidasi, serta

gangguan mental akibat tekanan pekerjaan dan kondisi operasi misalnya yaitu cuaca ekstrem serta jadwal yang padat (D'Antoine *et al.*, 2023).

Burnout dan *mental workload* yang tinggi tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis pekerja, tetapi juga secara langsung mempengaruhi perilaku keselamatan kerja (*safety behavior*). Perilaku keselamatan kerja tersebut dapat seperti kepatuhan terhadap prosedur dan partisipasi keselamatan. Melalui PLS-SEM di *platform offshore* Indonesia menunjukkan bahwa *burnout* dan *mental workload* secara signifikan menurunkan *safety behavior*. Perubahan tersebut terutama dalam sistem roster 3 minggu, dibandingkan roster 2 minggu. Sistem kerja yang panjang menciptakan kondisi *burnout* yang memicu kesalahan dan penurunan kewaspadaan keselamatan menunjukkan hubungan mediasi yang jelas antara beban psikologis dan perilaku selamat (Truman & Dewi, 2024).

Stres kerja, stres keluarga, dan kelelahan mental secara signifikan memengaruhi partisipasi pekerja dalam prosedur keselamatan. Tekanan psikologis yang berasal dari lingkungan kerja maupun kehidupan pribadi dapat mengurangi konsentrasi dan kewaspadaan pekerja di lapangan. Studi ini juga menunjukkan bahwa kesehatan mental dan *fatigue* bertindak sebagai mediator antara tekanan kerja dan perilaku keselamatan. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa faktor psikososial bukan sekadar isu kesejahteraan, tetapi juga berperan langsung dalam menentukan tingkat kepatuhan terhadap prosedur keselamatan. Dengan demikian, upaya mitigasi risiko keselamatan kerja perlu disertai dengan strategi untuk mengelola stres dan kelelahan mental secara sistemik (Alroomi & Mohamed, 2022).

Burnout tidak hanya disebabkan oleh tekanan psikologis individu, tetapi juga oleh keterbatasan dukungan kesehatan dari organisasi. Keterbatasan dukungan dapat berupa minimnya layanan kesehatan, sistem FIFO yang melelahkan, dan jarak ke fasilitas medis. Pekerja *offshore* menghadapi berbagai stresor psikososial seperti isolasi, intimidasi, tekanan waktu, dan gangguan fasilitas yang secara signifikan memperburuk kesehatan mental. Kurangnya dukungan organisasi (ruang tinggal yang buruk, kurangnya fasilitas rekreasi) menyebabkan *burnout* bertambah parah (D'Antoine *et al.*, 2023). Selain itu, pekerja FIFO di industri MIGAS wilayah Arktik mengalami fluktuasi signifikan pada stres objektif (kadar kortisol), kapasitas kerja, dan mood sepanjang periode roster. Mereka menekankan bahwa durasi roster yang panjang dan minimnya dukungan medis/pemulihan menjadi faktor utama pemicu *burnout* dan penurunan kesehatan umum (Korneeva & Simonova, 2020).

Perancangan intervensi psikososial berbasis bukti merupakan hal penting. Intervensi tersebut dapat mencakup pelatihan *coping stress*, perbaikan sistem kerja, serta penguatan

budaya keselamatan dan *psychological safety* di tempat kerja. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi hubungan kausal antara risiko psikososial dan perilaku keselamatan melalui desain longitudinal, serta mempertimbangkan faktor gender, usia dan pengalaman kerja sebagai variabel moderator atau mediator. Selain itu, bagi regulator agar dapat memasukkan ke dalam regulasi K3 di sektor MIGAS terhadap perlunya penguatan dengan memasukkan dimensi kesehatan mental dan psikososial ke dalam sistem audit dan standar evaluasi risiko kerja.

4. Kesimpulan

Melalui pendekatan tinjauan naratif dan penilaian kualitas artikel ilmiah dengan menggunakan instrumen SANRA, ditemukan terdapat sebanyak 6 tema utama. Tema terdiri dari atas (1) stres kerja dan *burnout*, (2) kelelahan kerja dan beban mental, (3) tantangan psikososial individu dan sosial, (4) faktor organisasi dan kepemimpinan, (5) keterkaitan antara kondisi psikososial dan keselamatan kerja, serta (6) keterbatasan fasilitas dan dukungan kesehatan kerja. Hasil sintesis menunjukkan bahwa risiko psikososial di industri MIGAS tidak hanya disebabkan oleh beban kerja yang tinggi, tetapi juga diperkuat oleh kondisi organisasi, sistem kerja seperti FIFO/roster panjang, serta tekanan sosial dan lingkungan kerja yang tidak mendukung. Kondisi ini berdampak langsung pada kesehatan mental pekerja dan keselamatan kerja secara umum.

Dengan demikian, intervensi terhadap risiko psikososial harus mempertimbangkan faktor individual, organisasi, dan struktural secara komprehensif. Keterbatasan dalam studi ini sesuai dengan sifat yang dimiliki oleh tinjauan naratif yang memungkinkan bersifat subjektif. Hasil tinjauan masih dapat bergantung pada interpretasi dan analisis penelitian yang dilakukan. Pun demikian tinjauan naratif ini pun dapat memberikan perpekstif yang lebih luas. Dengan demikian, tinjauan naratif ini dapat memberikan manfaat khususnya dalam mengeksplorasi topik yang kompleks terkait dengan faktor risiko psikososial di industri MIGAS.

BIBLIOGRAFI

- Alroomi, A. S., & Mohamed, S. (2022). Physical isolation and safety behaviour among oil and gas workers in Kuwait: The mediating role of mental health. *Journal of Loss Prevention in the Process Industries*, 75. <https://doi.org/10.1016/j.jlp.2021.104692>.
- Amin, B., Rachid, C., Salah, A., Mohammed, B., & Mebarek, D. (2024). Burnout Syndrome among Oil and Gas Workers: A Systematic Literature Review. *Polish Journal of Environmental Studies*, 33(6), 6001–6014. <https://doi.org/10.15244/pjoes/185539>.

- Aria, M., Khazim, I., Ilyas, M., Kekalih, A., & Fuady, A. (2024). Work-Related Fatigue Among Indonesian Offshore Oil and Gas Workers. *Occupational Medicine*, 74(5), 364–369. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqae040>.
- Asare, B. Y. A., Thomas, E., Affandi, J. S., Schammer, M., Brown, P., Pilbeam, M., Harris, C., Ellison, C., Kwasnicka, D., Powell, D., Reid, C. M., & Robinson, S. (2021). Mental well-being during covid-19: A cross-sectional study of fly-in fly-out workers in the mining industry in australia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22). <https://doi.org/10.3390/ijerph182212264>.
- Bazazan, A., Noman, Y., Norouzi, H., Maleki-Ghahfarokhi, A., Sarbakhsh, P., & Dianat, I. (2023). Physical and psychological job demands and fatigue experience among offshore workers. *Heliyon*, 9(6), e16441. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16441>.
- Bazazan, A., Rasoulzadeh*, Y., Dianat, I., Safaiyan, A., & Mombeini, Z. (2019). Occupational fatigue and mental health complaints among 8-hour shift workers of petrochemical industries in Iran. *Sage Journals*, 62(2). <https://doi.org/10.3233/WOR-192865>.
- D'Antoine, E., Jansz, J., Barifcani, A., Shaw-Mills, S., Harris, M., & Lagat, C. (2023). Psychosocial Safety and Health Hazards and Their Impacts on Offshore Oil and Gas Workers. *Safety*, 9(3), 1–17. <https://doi.org/10.3390/safety9030056>.
- Dedi Laksono, & Baiduri Widanarko. (2024). Faktor – Faktor yang Memengaruhi Psychological Safety di dalam Konteks HSE pada Industri Minyak dan Gas Bumi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1155–1164. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.5189>.
- Irena Leszczyńska, M. J. (2010). *Psychosocial burden among offshore drilling platform employees*. 62(3), 159–167. PMID: 21154303.
- Kamto, Sjahrul Meizar Nasri, Dadan Erwandi, Fatma Lestari, A. K. (2022). Workplace Bullying among Offshore Workers of an Oil and Gas Company. *Unnes Journal of Public Health*, 11(1), 1–13. <https://doi.org/10.15294/ujph.v11i1.46426>.
- Korneeva, Y., & Simonova, N. (2020). Job stress and working capacity among fly-in-fly-out workers in the oil and gas extraction industries in the arctic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 1–22. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217759>.
- Kusmawan, D. (2024). *Assessing the relationship between mental workload, sleep quality, and work fatigue among oil and gas workers in Jambi Province: A Partial least squares-structural equation modeling (PLS-SEM)*. <https://doi.org/10.1177/22799036241287660>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annu. Rev. Psychol. Encyclopedia of Mental Health: Second Edition*, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mohd Rani, N. D., Kamarunzaman, N. Z., & Liu, J. (2022). Pattern of Psychosocial Challenges among Oil and Gas Workers: A systematic review. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*, 7(20), 431–438. <https://doi.org/10.21834/ebpj.v7i20.3491>
- Naji, G. M. A., Isha, A. S. N., Alazzani, A., Brough, P., Saleem, M. S., Mohyaldinn, M. E., & Alzoraiki, M. (2022). Do Leadership, Organizational Communication, and Work Environment Impact Employees' Psychosocial Hazards in the Oil and Gas Industry? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph19084432>.
- Nielsen, M. B., Glasø, L., Matthiesen, S. B., Eid, J., & Einarsen, S. (2013). Bullying and risk-perception as health hazards on oil rigs. *Journal of Managerial Psychology*, 28(4), 367–383. <https://doi.org/10.1108/JMP-12-2012-0395>.

- Schaufeli, W. B. (2017). Applying the Job Demands-Resources model: A 'how to' guide to measuring and tackling work engagement and burnout. *Organizational Dynamics*, 46(2), 120–132. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2017.04.008>.
- Truman, D., & Dewi, R. S. (2024). The Analysis of the Effect of a Mental Workload and Burnout on Employees' Safety Behavior in the Oil and Gas Industry Using Roster Systems †. *Engineering Proceedings*, 76(1), 1–8. <https://doi.org/10.3390/engproc2024076001>.
- WHO. (2019). *ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*. <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#129180281>