



Makna Etika Kerja Bagi Kesehatan Mental Karyawan: Studi Pada Ox Coffee

Berkat Jaya Zalukhu^{1*}, Rizka Putri², Irwan Harefa³, Sarah Siregar⁴, Bayu Teta⁵

¹⁻⁵ Program Studi Manajemen, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi IBMI

Medan, Indonesia

Korespondensi Penulis : hartonobj05@gmail.com*

Abstract. *This study aims to explore the meaning of work ethics in relation to employees' mental health within the café industry, with a specific focus on Ox Coffee in Medan. Utilizing a descriptive qualitative approach, data were collected through in-depth interviews with five permanent employees across various roles. The findings indicate that the application of work ethics at Ox Coffee encompasses discipline, responsibility, open communication, customer service, and skills development. Employees perceive work ethics as a guide for managing job-related stress, a foundation for psychological well-being, a contributor to professional identity, and a mechanism for reducing workplace conflict and tension. Key factors such as fairness in task distribution, constructive communication, recognition of employee contributions, and work-life balance were found to significantly influence mental health. The study recommends strategies including the development of a supportive and inclusive work culture, skills training, effective communication systems, and mental health programs to foster a psychologically healthy workplace in the café sector.*

Keywords: *Employee; Mental Health; Work Ethics*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk memahami makna etika kerja dalam kaitannya dengan kesehatan mental karyawan pada industri kafe, khususnya di Ox Coffee, Medan. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap lima karyawan tetap yang mencakup berbagai posisi kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan etika kerja di Ox Coffee meliputi disiplin, tanggung jawab, komunikasi terbuka, pelayanan pelanggan, dan pengembangan keterampilan. Temuan penting mengungkap bahwa etika kerja dipahami karyawan sebagai pedoman dalam menghadapi tekanan kerja, penopang kesejahteraan psikologis, pembentuk identitas profesional, serta peredam konflik dan stres. Faktor-faktor seperti keadilan dalam tugas, komunikasi konstruktif, penghargaan atas kontribusi, dan keseimbangan kerja-kehidupan pribadi memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental. Studi ini merekomendasikan strategi berupa pengembangan budaya kerja yang suportif, pelatihan keterampilan, komunikasi efektif, serta program kesehatan mental untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat secara psikologis di sektor kafe.

Kata Kunci: Etika Kerja; Karyawan; Kesehatan Mental

1. PENDAHULUAN

Perkembangan industri kafe di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir mengalami peningkatan yang signifikan, termasuk di Kota Medan. Hal ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan ekonomi tetapi juga pada dinamika ketenagakerjaan di sektor tersebut. Salah satu aspek penting dalam pengelolaan sumber daya manusia di industri kafe adalah etika kerja dan kesehatan mental karyawan. Etika kerja merupakan seperangkat prinsip dan norma-norma moral yang mengatur perilaku individu dalam konteks lingkungan kerja, melibatkan nilai-nilai moral, integritas, tanggung jawab, dan perilaku yang dianggap baik dan benar dalam konteks pekerjaan.

Menurut Sinamo (2005), etika kerja adalah seperangkat perilaku positif yang berakar pada keyakinan fundamental yang disertai komitmen total pada paradigma kerja yang integral. Etika kerja yang baik dapat menjadi fondasi dari kesuksesan yang sejati dan otentik bagi individu maupun organisasi. Sementara itu, kesehatan mental menurut WHO (2003) mendefinisikan sebagai keadaan sejahtera dimana individu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Karyawan menjadi perhatian penting dalam lingkungan kerja karena dapat berdampak langsung pada kualitas pelayanan, interaksi dengan pelanggan, dan produktivitas kerja secara keseluruhan. Dengan kesehatan mental yang baik tentu saja karyawan dapat meningkatkan produktivitas perusahaan (Teta, 2024).

Industri kafe, khususnya coffee shop, memiliki karakteristik lingkungan kerja yang unik dengan tuntutan pelayanan yang tinggi dan interaksi intensif dengan pelanggan. Karyawan di sektor *Food and Beverage Service* seperti kafe sering menghadapi tekanan kerja yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa karyawan di industri kafe rentan mengalami stres kerja akibat tuntutan pelayanan, jam kerja yang panjang, dan tekanan untuk mencapai target.

Ox Coffee sebagai salah satu kafe yang berlokasi di Jalan Gaharu No. 2B, Medan Timur, Kota Medan, Sumatera Utara, yang berdiri sejak tahun 2020 dengan 5 karyawan aktif, menarik untuk diteliti dalam konteks hubungan antara etika kerja dan kesehatan mental karyawan. Sebagai usaha yang relatif baru, Ox Coffee menghadapi tantangan dalam membangun budaya kerja yang mendukung kesehatan mental karyawannya di tengah persaingan industri kafe yang semakin ketat.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami makna etika kerja bagi kesehatan mental karyawan di Ox Coffee. Secara khusus, penelitian ini ingin mengetahui bagaimana penerapan etika kerja dilakukan, dampaknya terhadap kesehatan mental karyawan, serta faktor-faktor etika kerja yang memengaruhi kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan merumuskan strategi penerapan etika kerja yang mendukung kesehatan mental di lingkungan kerja kafe.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Etika Kerja

Menurut Ernawan, (2016) Etika kerja adalah sikap, pandangan, kebiasaan, karakteristik, atau alam Sehubungan dengan pekerjaan seseorang, kelompok atau negara. Sedangkan Nurhasanah, dkk (2022) mengungkapkan bahwa etika kerja atau etos kerja adalah

seperangkat perilaku kerja positif dan bermutu tinggi, yang berakar pada tingkat kesadaran dan keyakinan yang kuat pada paradig kerja yang holistic.

Menurut Robin (2003) Etika kerja adalah seperangkat nilai yang berdasarkan pada keyakinan bahwa kerja keras dan ketekunan memiliki nilai moral yang tinggi. Etika kerja mencerminkan dedikasi seseorang terhadap pekerjaannya. Sedangkan Sinamo (2011) menyatakan bahwa etika kerja merupakan nilai-nilai yang diyakini sebagai benar dan menjadi pedoman dalam bersikap dan bertindak di dunia kerja. Ia menyebutkan “etos kerja” sebagai bagian dari etika kerja yang mencakup sikap tanggung jawab, integritas, kerja keras, dan semangat profesionalisme.

Berdasarkan Teori ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwa etika kerja adalah sikap dan karakter dalam bekerja yang tercermin melalui perilaku positif, kebiasaan baik, serta didukung oleh kesadaran dan keyakinan yang kuat terhadap nilai-nilai kerja yang menyeluruh.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Etika Kerja

Jansen (2002) menyatakan bahwasannya terdapat 5 faktor yang mempengaruhi etika kerja, yaitu:

1. Kesatuan
2. Keseimbangan
3. Kebebasan berkehendak
4. Tanggung Jawab
5. Kebenaran

Kesehatan Mental Karyawan

Menurut Saba, Z. I. Z (2024) kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan di mana seseorang menyadari potensinya sendiri, mampu menghadapi stres yang wajar dalam kehidupan, dapat bekerja secara produktif dan efektif, serta memberikan kontribusi positif kepada komunitasnya. Pendapat lain dari Otnie, dkk (2021) Kesehatan mental adalah Penyakit psikologis yang sehat dan emosional terlihat melalui hubungan interpersonal yang memuaskan Koping yang efektif, konsep diri positif, stabilitas emosional.

Kesehatan mental adalah suatu keadaan kejiwaan atau keadaan psikologis yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian diri atau pemecahan masalah terhadap masalah-masalah yang ada dalam diri sendiri (internal) dan masalah-masalah yang ada di lingkungan luar dirinya (Hanurawan, 2012). Kesehatan mental adalah kondisi diri kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan

untuk mengelola stress kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan di komunitasnya (K. S. Dewi, 2012).

Berdasarkan Teori ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwa kesehatan mental adalah keadaan kemakmuran psikologis dan emosional yang memungkinkan seseorang untuk mengenali potensi mereka, mengatasi stres, mengembangkan hubungan yang baik, memiliki konsep diri yang positif, stabil secara emosional, bekerja secara produktif dan berkontribusi pada masyarakat.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Menurut Ramadhanty, F. A. (2023) faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental individu ditekankan untuk memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang berbagai aspek yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental seseorang.

1. Peristiwa kehidupan yang menekan menjadi faktor utama yang dapat memicu stres dan gangguan kesehatan mental.
2. Latar belakang keluarga yang rumit juga memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan mental seseorang.
3. Gangguan kesehatan otak, seperti infeksi otak, epilepsi, dan stroke, juga menjadi faktor yang signifikan dalam menyebabkan gangguan kesehatan mental.
4. Faktor keturunan atau gen juga berperan dalam menentukan risiko seseorang terhadap gangguan kesehatan mental.
5. Gangguan kesehatan fisik juga dapat berkontribusi pada gangguan kesehatan mental.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memperoleh pemahaman mendalam tentang Makna Etika Kerja Bagi Kesehatan Mental Karyawan Studi Pada Ox Coffee. Menurut Sugiyono (2018), metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang berakar pada filsafat tertentu dan digunakan untuk mengkaji suatu fenomena dalam kondisi alamiah, bukan eksperimen. Dalam pendekatan ini, peneliti berperan langsung sebagai instrumen utama, dengan teknik pengumpulan serta analisis data yang bersifat deskriptif dan lebih menekankan pada pemahaman makna dari data yang diperoleh. Subjek penelitian terdiri dari 5 orang karyawan tetap yaitu pada bagian Barista dan Kasir, Waiters dan Kitchen. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan lima karyawan. Data dianalisis secara tematis melalui transkripsi wawancara. Validitas data diuji

menggunakan triangulasi untuk memastikan bahwa interpretasi selaras dengan pengalaman informan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Etika Kerja di Ox Coffee

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerapan etika kerja di Ox Coffee mencakup beberapa aspek, yaitu:

1. **Kedisiplinan dan Tanggung Jawab:** Karyawan Ox Coffee dituntut untuk disiplin dalam hal waktu kerja dan tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. Salah satu informan menyatakan:
"Di sini kita punya jadwal shift yang jelas, dan setiap karyawan harus bertanggung jawab terhadap tugasnya masing-masing. Kalau ada yang berhalangan hadir, harus memberi tahu minimal sehari sebelumnya agar bisa dicarikan pengganti." (Informan 1, Barista)
2. **Komunikasi dan Kerja Sama:** Komunikasi yang terbuka dan kerja sama tim menjadi nilai penting dalam etika kerja di Ox Coffee. Hal ini tercermin dari pernyataan informan:
"Komunikasi antar karyawan sangat penting di sini. Kita selalu berbagi informasi tentang stok bahan, pesanan pelanggan, dan masalah yang mungkin timbul. Dengan komunikasi yang baik, pekerjaan jadi lebih lancar." (Informan 3, Kasir)
3. **Pelayanan Pelanggan:** Etika dalam melayani pelanggan menjadi prioritas di Ox Coffee, di mana karyawan dituntut untuk ramah, sopan, dan responsif terhadap kebutuhan pelanggan. Salah satu informan menjelaskan:
"Kami selalu ditekankan untuk memberikan pelayanan terbaik kepada pelanggan. Senyum, sapa, dan sikap yang ramah adalah hal wajib, meskipun terkadang ada pelanggan yang sulit ditangani." (Informan 2, Barista)
4. **Pengembangan Keterampilan:** Manajemen Ox Coffee mendorong karyawan untuk terus mengembangkan keterampilan mereka, terutama dalam hal pembuatan kopi dan pelayanan pelanggan. Informan menyatakan:
"Pemilik kafe sering mengadakan pelatihan internal untuk meningkatkan skill kita, terutama dalam hal brewing dan latte art. Ini membuat kita merasa dihargai dan termotivasi untuk berkembang." (Informan 4, Barista)

Kondisi Kesehatan Mental Karyawan Ox Coffee

Hasil pengukuran dengan menggunakan Workplace Stress Scale (WSS) menunjukkan bahwa tingkat stres karyawan Ox Coffee berada pada rentang rendah hingga sedang. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental karyawan Ox Coffee antara lain:

1. **Beban Kerja:** Beban kerja yang berfluktuasi, terutama pada jam-jam sibuk dan akhir pekan, menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres karyawan. Salah satu informan menyatakan:
"Kadang-kadang kita kewalahan saat kafe ramai, terutama di akhir pekan atau saat ada event. Tapi untungnya beban kerja masih bisa diatur dengan baik karena ada pembagian tugas yang jelas." (Informan 5, Kitchen)
2. **Lingkungan Kerja:** Lingkungan kerja yang nyaman dan suportif di Ox Coffee berkontribusi positif terhadap kesehatan mental karyawan. Informan menjelaskan:
"Suasana kerja di sini cukup nyaman. Kita seperti keluarga, saling mendukung dan membantu. Kalau ada masalah, bisa langsung dibicarakan dengan pemilik atau sesama karyawan." (Informan 1, Barista)
3. **Hubungan dengan Atasan dan Rekan Kerja:** Hubungan yang baik dengan atasan dan rekan kerja menjadi faktor penting dalam menjaga kesehatan mental karyawan. Informan menyatakan:
"Pemilik kafe sangat pengertian dan selalu terbuka untuk mendengarkan keluhan atau masukan dari karyawan. Hubungan antar karyawan juga baik, kita saling support satu sama lain." (Informan 3, Kasir)
4. **Keseimbangan Kerja dan Kehidupan Pribadi:** Jadwal kerja yang fleksibel dan memperhatikan kebutuhan pribadi karyawan membantu menjaga keseimbangan antara kerja dan kehidupan pribadi. Informan menjelaskan:
"Jadwal shift di sini cukup fleksibel. Kalau ada keperluan mendadak, biasanya bisa ditukar dengan teman lain. Ini sangat membantu kita untuk mengatur waktu antara kerja dan urusan pribadi." (Informan 2, Barista)

Makna Etika Kerja bagi Kesehatan Mental Karyawan

Berdasarkan hasil analisis data, makna etika kerja bagi kesehatan mental karyawan Ox Coffee dapat dijabarkan dalam beberapa tema, yaitu:

1. **Etika Kerja sebagai Pedoman dalam Menghadapi Tekanan Kerja:** Karyawan Ox Coffee memaknai etika kerja sebagai pedoman yang membantu mereka menghadapi tekanan kerja dengan lebih baik. Salah satu informan menyatakan:

"Dengan adanya aturan dan nilai-nilai yang jelas di tempat kerja, saya merasa lebih terarah dalam menghadapi situasi sulit atau tekanan kerja. Ini membuat saya tidak mudah stres." (Informan 4, Barista)

2. **Etika Kerja sebagai Faktor Pendukung Kesejahteraan Psikologis:** Penerapan etika kerja yang baik di Ox Coffee berkontribusi pada kesejahteraan psikologis karyawan. Informan menjelaskan:

"Ketika etika kerja diterapkan dengan baik, seperti saling menghargai dan komunikasi yang terbuka, saya merasa lebih nyaman dan tidak tertekan di tempat kerja. Ini sangat membantu kesehatan mental saya." (Informan 1, Barista)

3. **Etika Kerja sebagai Pembentuk Identitas Profesional:** Karyawan memaknai etika kerja sebagai bagian dari pembentukan identitas profesional mereka, yang berkontribusi pada rasa percaya diri dan kepuasan kerja. Informan menyatakan:

"Menerapkan etika kerja yang baik membuat saya merasa bangga dengan pekerjaan saya. Saya merasa lebih profesional dan dihargai, yang pada akhirnya membuat saya lebih bahagia dan tidak mudah stres." (Informan 5, Kitchen)

4. **Etika Kerja sebagai Peredam Konflik dan Stres:** Etika kerja yang menekankan pada komunikasi yang baik dan penyelesaian konflik secara konstruktif membantu mengurangi stres akibat konflik di tempat kerja. Informan menjelaskan:

"Di sini kita diajarkan untuk menyelesaikan masalah dengan cara yang baik, tidak saling menyalahkan. Ini sangat membantu mengurangi ketegangan dan stres di tempat kerja." (Informan 3, Kasir)

Faktor-faktor Etika Kerja yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Karyawan

Berdasarkan hasil analisis, terdapat beberapa faktor etika kerja yang mempengaruhi kesehatan mental karyawan Ox Coffee, yaitu:

1. **Keadilan dalam Pembagian Tugas dan Kompensasi:** Keadilan dalam pembagian tugas dan kompensasi berpengaruh positif terhadap kesehatan mental karyawan. Informan menyatakan:

"Pembagian tugas di sini cukup adil, tidak ada yang merasa terbebani secara berlebihan. Sistem kompensasi juga transparan, sehingga tidak menimbulkan kecemburuan antar karyawan." (Informan 2, Barista)

2. **Komunikasi yang Terbuka dan Konstruktif:** Komunikasi yang terbuka dan konstruktif membantu mengurangi stres dan konflik di tempat kerja. Informan menjelaskan:

"Kita selalu didorong untuk berkomunikasi secara terbuka, baik dengan sesama karyawan maupun dengan pemilik. Ini membuat masalah tidak berlarut-larut dan mengurangi stres." (Informan 4, Barista)

3. **Penghargaan terhadap Kontribusi Karyawan:** Pengakuan dan penghargaan terhadap kontribusi karyawan berkontribusi positif terhadap kesehatan mental mereka. Informan menyatakan:

"Pemilik selalu mengapresiasi kerja keras kita, baik secara verbal maupun melalui insentif. Ini membuat saya merasa dihargai dan lebih termotivasi untuk bekerja dengan baik." (Informan 1, Barista)

4. **Keseimbangan antara Tuntutan Kerja dan Kapasitas Karyawan:** Keseimbangan antara tuntutan kerja dan kapasitas karyawan membantu mencegah kelelahan dan stres berlebih. Informan menjelaskan:

"Target kerja di sini realistis dan sesuai dengan kemampuan kita. Kalau ada masalah atau kesulitan, kita bisa diskusikan dengan pemilik untuk mencari solusi bersama." (Informan 5, Kitchen Staff)

Strategi Penerapan Etika Kerja untuk Mendukung Kesehatan Mental Karyawan

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa strategi penerapan etika kerja yang dapat mendukung kesehatan mental karyawan di industri kafe, khususnya di Ox Coffee, antara lain:

1. **Pengembangan Budaya Kerja yang Inklusif dan Supportif:** Menciptakan budaya kerja yang menghargai keberagaman, mendorong partisipasi karyawan dalam pengambilan keputusan, dan memberikan dukungan sosial. Informan menyatakan:
"Budaya kerja yang terbuka dan saling mendukung sangat membantu mengurangi stres. Kita merasa seperti keluarga, bukan hanya rekan kerja." (Informan 3, Kasir)
2. **Pelatihan dan Pengembangan Keterampilan:** Memberikan pelatihan dan kesempatan pengembangan keterampilan untuk meningkatkan kompetensi dan kepercayaan diri karyawan. Informan menjelaskan:
"Pelatihan yang diberikan tidak hanya meningkatkan skill teknis, tapi juga membantu kita lebih percaya diri dalam menghadapi pelanggan dan situasi sulit." (Informan 4, Barista)
3. **Sistem Komunikasi yang Efektif:** Membangun sistem komunikasi yang efektif untuk memfasilitasi dialog antara karyawan dan manajemen, serta penyelesaian konflik secara konstruktif. Informan menyatakan:

"Adanya forum diskusi rutin dan grup chat untuk komunikasi internal sangat membantu kita untuk menyampaikan pendapat dan menyelesaikan masalah dengan cepat."

(Informan 1, Barista)

4. **Program Kesehatan Mental:** Mengembangkan program kesehatan mental yang mencakup edukasi tentang manajemen stres, konseling, dan dukungan psikologis bagi karyawan. Informan menjelaskan:

"Akan sangat membantu jika ada program khusus untuk kesehatan mental, seperti sesi sharing atau konseling, terutama saat kita menghadapi tekanan kerja yang tinggi."

(Informan 5, Kitchen)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan etika kerja dan kaitannya dengan kesehatan mental karyawan di Ox Coffee, dapat disimpulkan bahwa etika kerja memiliki peran penting sebagai pedoman dalam menghadapi tekanan kerja, membentuk identitas profesional, serta menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan psikologis. Nilai-nilai seperti kedisiplinan, tanggung jawab, komunikasi terbuka, kerja sama tim, dan pelayanan yang baik tidak hanya membentuk budaya kerja positif tetapi juga membantu menurunkan tingkat stres kerja. Faktor-faktor etika kerja seperti keadilan dalam pembagian tugas, penghargaan terhadap kontribusi karyawan, keseimbangan antara tuntutan kerja dan kapasitas, serta hubungan interpersonal yang harmonis terbukti mendukung kesehatan mental karyawan. Strategi penerapan etika kerja yang mencakup pengembangan budaya kerja inklusif, pelatihan keterampilan, sistem komunikasi yang efektif, serta program kesehatan mental menjadi langkah yang tepat dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat secara psikologis.

Adapun saran yang dapat diberikan adalah agar manajemen Ox Coffee terus mengembangkan budaya kerja yang suportif dan menghargai keberagaman. Disarankan untuk secara rutin menyelenggarakan pelatihan keterampilan dan forum komunikasi internal sebagai sarana peningkatan kapasitas serta penyelesaian masalah secara terbuka. Selain itu, penting bagi manajemen untuk mempertimbangkan pengadaan program kesehatan mental seperti sesi konseling atau sharing, guna mendukung kesejahteraan psikologis karyawan, terutama dalam menghadapi tekanan kerja yang tinggi. Dengan demikian, penerapan etika kerja yang berkelanjutan tidak hanya meningkatkan kinerja organisasi, tetapi juga menjaga kualitas hidup dan kepuasan kerja para karyawan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, K. S. (2012). Buku ajar kesehatan mental.
- Ernawan, E. R. (2016). Etika bisnis. Bandung: Alfabeta.
- Hanurawan, F. (2012). Strategi pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah. *PSIKOPEDAGOGIA: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1).
- Nurhasanah, N., Jufrizen, J., & Tupti, Z. (2022). Pengaruh etika kerja, budaya organisasi dan beban kerja terhadap kinerja karyawan dengan kepuasan kerja sebagai variabel intervening. *Jesya (Jurnal Ekonomi dan Ekonomi Syariah)*, 5(1), 245–261.
- Otnie, B. M., Sitompul, R. S., Sihombing, D. R. W., & Damanik, J. B. (2021). Pengaruh kesehatan mental terhadap kinerja pegawai pada Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Utara. *Jurnal Global Manajemen*, 10(2), 8–13.
- Ramadhanty, F. A. (2023). Pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap kinerja karyawan dimediasi kepuasan kerja pada karyawan Bank Rakyat Indonesia Kabupaten Sleman [Disertasi doktoral, Universitas Islam Indonesia].
- Robbins, S. P. (2003). *Organizational behavior* (10th ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Saba, Z. I. Z. (2024). Pentingnya kesehatan mental karyawan di tempat kerja terhadap kinerja karyawan. *JBK: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 38–45.
- Sinamo, J. (2002). *Etos kerja: 21 etos kerja profesional di era digital global* (Edisi 1). Jakarta: Institut Dharma Mahardika.
- Sinamo, J. (2005). *8 etos kerja profesional: Panduan membentuk karakter dan meningkatkan kinerja*. Jakarta: PT. Institut Dharma Mahardika.
- Sinamo, J. (2011). *8 etos kerja profesional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Teta, B. (2024). Pengaruh kelalaian karyawan terhadap produktivitas di tambak udang Venambak. *Manajemen: Jurnal Ekonomi*, 6(3), 613–623.
- World Health Organization. (2003). *Investing in mental health*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9241562579>
- World Health Organization. (2003). *Mental health: Strengthening mental health promotion* (Fact sheet No. 220). Geneva: World Health Organization.