



**STRES KERJA PADA PETANI : TINJAUAN LITERATUR TENTANG FAKTOR
RESIKO, FAKTOR PROTEKTIF, DAMPAK, DAN STRATEGI PENANGANAN**

SKRIPSI

**Oleh :
Almes Rizzak Khumar
NIM 192310101178**

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, BUDAYA, RISET, DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2026**



**STRES KERJA PADA PETANI : TINJAUAN LITERATUR TENTANG FAKTOR
RESIKO, FAKTOR PROTEKTIF, DAMPAK, DAN STRATEGI PENANGANAN**

SKRIPSI

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan (S1) dan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:
Almes Rizzak Khumar
NIM 192310101178

**KEMENTRIAN PENDIDIKAN, BUDAYA, RISET, DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2026**

SKRIPSI

STRES KERJA PADA PETANI: KAJIAN LITERATUR TENTANG FAKTOR RESIKO, FAKTOR PROTEKTIF, DAMPAK, DAN STRATEGI PENANGANAN

Oleh :

Almes Rizzak Khumar

NIM : 192310101178

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ns. Yeni Fitria. S.Kep., M.Kep

PERSEMBAHAN

Penulis mengucapkan Syukur kehadiran Allah SWT dan membersembahkan skripsi ini untuk :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Sumarno dan Ibu Husniah, yang senantiasa memberikan motivasi, doa, serta dukungan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini;
2. Diri saya sendiri, karena terus melangkah untuk menyelesaikan perjalanan pendidikan ini hingga akhir. Karya ini menjadi reminder untuk saya bahwa setiap usaha yang dilakukan dengan kesungguhan akan menemukan hasilnya;
3. Riyan Hidayat, Asrul Muslimin, Rizky Agung Harianto, sahabat-sahabat saya di kelas C 2019 yang telah menemani perjalanan bertumbuh, dan menjadi saksi banyak tawa, cerita, dan perjuangan yang telah ada;
4. Serta, almamater tercinta, Fakultas Keperawatan Universitas Jember yang telah menjadi tempat saya belajar dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan menghadirkan pengalaman menempuh pendidikan.

MOTTO

“Ketika apa pun terkesan tak ada gunanya, saya sengaja pergi menyaksikan tukang batu mengayunkan martil ke sebarang batu cadas, mungkin sampai ratusan kali, tanpa menghasilkan satu retakan pun pada cadas itu. Namun, pada hantaman yang ke-101 kali cadas itu terbelah menjadi dua, dan saya tahu bukan hantaman terakhir yang menyebabkan batu itu terbelah melainkan semua hantaman yang dilakukan sebelumnya”

(Sebuah kutipan dari buku “Atomic Habit” karya James Clear)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Almes Rizzak Khumar

NIM : 192310101178

Fakultas/Jurusan : Keperawatan/S1 Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan” adalah benar-benar karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan, substansi disebutkan sumbernya dan belum pernah diajukan pada instansi manapun, serta hukum karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas kesalahan dan kebenaran isinya sesuai dengan skripsi ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan tidak sesuai.

Jember, 24 Juni 2026

Yang menyatakan



Almes Rizzak Khumar

NIM 192310101178

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul “*Stres Kerja pada Pentani: Kajian Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan*” karya Almes Rizzak Khumar NIM 192310101178 telah diuji dan disahkan pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 30 Juni 2026

Tempat : Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Tanda Tangan

1. Pembimbing

Nama : Ns. Yeni Fitria, S.Kep., M.Kep

NIP : 19840408 201903 2 013

()

2. Penguji Utama

Nama : Ns. Enggal Hadi Kurniawan. S.Kep., M.Kep.

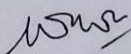
NIP : 19850828 202421 1 013

()

3. Penguji Anggota

Nama : Ns. Salwa Nirwanawati, M.Kep.

NIP : 19960721 202506 2 004

()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan

Universitas Jember

()

Dr. Rondhianto, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP 19830324 200604 1 002

Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan (Occupational Stress among Farmers: A Literature Review of Risk Factors, Protective Factors, Impacts, and Management Strategies)

Almes Rizzak Khumar

Faculty of Nursing, University of Jember

ABSTRACT

Farmers are among the occupational groups most vulnerable to work-related stress due to exposure to various economic, environmental, physical, and social stressors. Poorly managed occupational stress may adversely affect farmers' mental health, quality of life, and work productivity. Therefore, synthesizing current scientific evidence is essential to provide a comprehensive understanding of the risk factors, protective factors, impacts, and management strategies associated with occupational stress among farmers. Based on the result of study findings revealed that the primary risk factors for occupational stress among farmers include financial pressure, climate change, excessive workload, agricultural bureaucracy and policies, social isolation, and individual characteristics. Financial pressure emerged as the most dominant risk factor across the included studies. The most consistently reported protective factors were social support, followed by family support, resilience, adaptive coping strategies, access to mental health services, and support from communities and agricultural institutions. Occupational stress was associated with various adverse outcomes, including depression, anxiety, burnout, psychological distress, sleep disturbances, reduced quality of life, impaired social relationships, and decreased work productivity. Recommended management strategies included strengthening social support networks, enhancing resilience and adaptive coping skills, providing mental health education, improving access to mental health services, and implementing agricultural policies that promote farmers' well-being.

Keyword : occupational stress, farmers, risk factors, protective factors, literature review

RINGKASAN

Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan

Almes Rizzak Khumar; 192310101178, 2026; Program Studi Sarjana Keperawatan; Fakultas Keperawatan; Universitas Jember

Petani merupakan kelompok pekerja yang rentan mengalami stres kerja akibat paparan berbagai tekanan yang berasal dari aspek ekonomi, lingkungan, fisik, dan sosial. Stres kerja yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak terhadap kesehatan mental, kualitas hidup, dan produktivitas kerja petani. Oleh karena itu, diperlukan sintesis bukti ilmiah untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai faktor risiko, faktor protektif, dampak, dan strategi penanganan stres kerja pada petani.

Tujuan penelitian ini adalah Menganalisis dan mensintesis hasil penelitian mengenai stres kerja pada petani yang meliputi faktor risiko, faktor protektif, dampak, serta strategi penanganannya berdasarkan literatur ilmiah yang telah dipublikasikan.

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan pendekatan sistematis yang mengacu pada pedoman PRISMA 2020. Pencarian literatur dilakukan pada basis data ProQuest, PubMed, dan Scopus menggunakan kombinasi kata kunci yang telah disusun dengan Boolean operators. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan rentang publikasi tahun 2022–2026. Dari 8.193 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 10 artikel memenuhi kriteria dan dianalisis melalui proses ekstraksi data serta sintesis naratif.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa faktor risiko utama stres kerja pada petani meliputi tekanan ekonomi, perubahan iklim, tingginya beban kerja, birokrasi dan kebijakan pertanian, isolasi sosial, serta karakteristik individu. Tekanan ekonomi merupakan faktor risiko yang paling dominan. Faktor protektif yang paling konsisten ditemukan adalah dukungan sosial, diikuti dukungan keluarga, resiliensi, strategi koping adaptif, akses terhadap pelayanan kesehatan mental, serta dukungan komunitas dan institusi. Dampak stres kerja mencakup

depresi, kecemasan, *burnout*, *psychological distress*, gangguan kualitas tidur, penurunan kualitas hidup, terganggunya hubungan sosial, serta penurunan produktivitas kerja. Strategi penanganan yang direkomendasikan meliputi penguatan dukungan sosial, peningkatan resiliensi dan strategi koping adaptif, edukasi kesehatan mental, perluasan akses pelayanan kesehatan mental, serta penguatan kebijakan pertanian yang mendukung kesejahteraan petani.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah stres kerja pada petani merupakan permasalahan kesehatan kerja yang bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor risiko dan faktor protektif. Penanganan stres kerja memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang melibatkan petani, keluarga, tenaga kesehatan, masyarakat, serta pemerintah untuk meningkatkan kesehatan mental, kesejahteraan, dan produktivitas petani.

PRAKATA

Segala rasa puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan kesempatan, suka dan maupun duka sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan”. Dan tidak lupa juga, sholawat dan serta salam saya lantunkan kepada Nabi besar Muhammad SAW.

Perkenankan saya menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Dr. Rondhianto, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Jember;
2. Ns. Peni Perdani Juliningrum, M.Kep., dan Ns. Dicky Endrian Kurniawan, S.Kep., M.Kep., selaku komisi bimbingan;
3. Ns. Yeni Fitria, S.Kep., M.Kep., selaku Dosen Pembimbing Utama.
4. Ns. Enggal Hadi Kurniawan, S.Kep., M.Kep., selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama menjalani pendidikan di Fakultas Keperawatan Universitas Jember.
5. Ns. Salwa Nirwanawati, S.Kep., S.Kep selaku Dosen Penguji Anggota

Penulis juga menerima segala kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Jember,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	vi
PENGESAHAN	vii
ABSTRACT	viii
RINGKASAN	ix
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Stres Kerja	7
2.2 Faktor Resiko Terhadap Stres Kerja pada Petani	7
2.2.1 Beban Kerja yang Tinggi	7
2.2.2 Faktor Ergonomi	8
2.2.3 Ketidakpastian Ekonomi	8
2.2.4 Perubahan Iklim dan Resiko Gagal Panen	8
2.2.5 Faktor Individu	8
2.3 Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani	8
2.3.1 Dukungan Sosial	8
2.3.2 Kemampuan Koping Adaptif	9
2.3.3 Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan	9
2.4 Dampak Stres Kerja pada Petani	9
2.4.1 Dampak Fisik	9
2.4.2 Dampak Psikologis.....	9
2.5 Strategi Penanganan Stres Kerja pada Petani	10
2.5.1 Promosi Kesehatan Mental	10
2.5.2 Penguatan Dukungan Sosial dan Koping Adaptif.....	11
BAB 3 METODE PENELITIAN	12

3.1 Strategi Pencarian Literatur	12
3.1.1 Protocol dan Registrasi	12
3.1.2 Database Pencarian	12
3.1.3 Kata Kunci yang digunakan	13
3.2 Kriteria Literatur Penelitian.....	14
3.2.1 Komponen PICOS.....	14
3.2.2 Kriteria Inklusi dan Kriteria Ekslusi	15
3.3 Seleksi Literatur	16
3.3.1 <i>Identification</i> (Identifikasi)	16
3.3.2 <i>Screening</i> (Penyaringan)	16
3.3.3 <i>Eligibilitas</i> (Kelayakan)	16
3.3.4 <i>Included</i> (Artikel yang diikuti).....	16
BAB 4 HASIL DAN ANALISIS.....	18
4.1 Hasil Pencarian Literatur.....	18
4.2 Karakteristik Penelitian	19
4.2.1 Karakteristik Penelitian Berdasarkan Populasi	20
4.2.2 Karakteristik Penelitian Berdasarkan Usia.....	20
4.2.3 Karakteristik Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	20
4.3 Analisis Tematik.....	26
4.3.1 Faktor Resiko Stres Kerja pada Petani.....	26
4.3.2 Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani	27
4.3.3 Dampak Stres Kerja pada Petani	28
4.3.4 Strategi Penanganan Stres Kerja pada Petani.....	30
BAB 5 PEMBAHASAN	32
5.1 Faktor Resiko Stres Kerja pada Petani	32
5.2 Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani	35
5.3 Dampak Stres Kerja pada Petani	39
5.4 Strategi Penanganan Stres Kerja pada Petani	42
BAB 6 KESIMPULAN	46
6.1 Kesimpulan	46
6.2 Saran.....	47
6.2.1 Bagi Petani	47
6.2.2 Bagi Pemerintah dan Penmangku Kebijakan	47
6.2.3 Bagi Peneliti selanjutnya.....	47
6.2.4 Bagi Pengembang Ilmu Keperawatan	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Database Pencarian	12
Tabel 3.2 Kata Kunci	13
Tabel 3.3 Format PICOS	14
Tabel 4.1 Karakteristik artikel berdasarkan tahun.....	19
Tabel 4.2 Karakteristik artikel berdasarkan negara asal	19
Tabel 4.3 karakteristik artikel berdasarkan metode penelitian	19
Tabel 4.4 Karakteristik penelitian	21
Tabel 4.5 Hasil Sintesis Literatur	22

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 PRISMA 2020 flowchart	17
---	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Bimbingan.....	57
Lampiran 2 Hasil Cek Turnitin.....	58
Lampiran 3 Bukti Lembar Oponent.....	59
Lampiran 4 Bukti Lembar Audient	60
Lampiran 5 Tahap Identifikasi.....	61
Lampiran 6 Tahap Screening	62
Lampiran 7 JBI Critical Appraisal Checklist	63

BAB 1. PENDAHULUAN

1.2. Latar Belakang

Stres merupakan respon fisiologis, psikologis, dan perilaku seseorang terhadap tuntutan atau tekanan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya. Dalam konsep keperawatan, stres dipandang sebagai respons adaptif tubuh terhadap berbagai *stressor* yang dapat berasal dari lingkungan internal maupun eksternal (Listiyani et al., 2025). Stres yang berhubungan dengan pekerjaan merupakan sesuatu yang tercipta karena ketidaksesuaian kemampuan seseorang dalam meresponsnya dengan pengetahuan, keterampilan, dan mekanisme koping yang sebenarnya (Yesuf et al., 2022). Stress kerja merupakan suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik, psikis, yang mempengaruhi proses berpikir, dan kondisi tenaga kerja (Irawati et al., 2023). Sehingga hal tersebut akan mempengaruhi pekerja dalam melakukan suatu pekerjaan.

Sektor pertanian merupakan salah satu sektor di dunia yang memiliki peran penting dalam menjaga ketahanan pangan, menyediakan lapangan pekerjaan, serta mendukung pembangunan di berbagai negara, termasuk Indonesia. Meskipun demikian, pekerjaan sebagai petani sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan yang dapat menimbulkan tekanan psikologis. Berbeda dengan sektor lainnya, aktivitas pertanian sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal yang sulit dikendalikan (Riethmuller et al., 2024).

Petani merupakan salah satu kelompok pekerja yang memiliki tingkat kerentanan tinggi terhadap stres kerja karena karakteristik pekerjaannya yang dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, psikologis, sosial, ekonomi, dan lingkungan. Aktivitas pertanian menuntut jam kerja yang panjang, beban kerja fisik yang berat, ketidakpastian hasil panen, fluktuasi harga komoditas, perubahan iklim, serangan hama dan penyakit tanaman, serta keterbatasan akses terhadap sumber daya dan perlindungan sosial. Kombinasi berbagai tekanan tersebut dapat memicu munculnya stres kerja yang berdampak pada kesehatan mental, kesehatan

fisik, produktivitas, kualitas hidup, bahkan meningkatkan risiko terjadinya burnout pada petani. Kajian sistematis terbaru menunjukkan bahwa petani memiliki prevalensi burnout yang lebih tinggi dibandingkan populasi pekerja non-petani, dengan faktor-faktor seperti tingginya beban kerja, stres pekerjaan, kondisi kesehatan, dan karakteristik usaha tani sebagai determinan utama. Selain itu, berbagai tinjauan pustaka terbaru juga menegaskan bahwa risiko psikososial dalam sektor pertanian semakin meningkat akibat perubahan iklim, tekanan ekonomi, dan transformasi sistem pertanian modern yang menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi dari petani. Oleh karena itu, penelitian yang mengkaji secara komprehensif faktor risiko, faktor protektif, dampak, dan strategi penanganan stres kerja pada petani menjadi sangat penting sebagai dasar pengembangan intervensi berbasis bukti serta penyusunan kebijakan kesehatan kerja yang mampu meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan mental petani secara berkelanjutan.

Berdasarkan laporan dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2022 menyatakan bahwa sekitar 15% orang dewasa usia kerja mengalami gangguan mental pada suatu waktu, sementara depresi dan kecemasan yang sering berkaitan dengan tekanan kerja. Berdasarkan survey yang dilakukan oleh *The Fourth European Working Condition Survey* (EWCS) di 31 negara di Eropa ditemukan bahwa terdapat 32% pekerja pertanian dan perikanan mengalami stress yang berkaitan dengan pekerjaan berdampak negatif pada kesehatan mental mereka (Dedrick & Hood, 2024). Sebuah studi *mixed-methods* yang dilakukan di Kanada mengidentifikasi 13 faktor penyebab stress pada petani, para peneliti mensurvei 1.167 petani ditemukan prosentase petani yang menilai beban kerja dan tekanan waktu sebanyak (62,6%), kebijakan pemerintah (55,9%), ketidakpastian cuaca (55%), tekanan finansial (52%), dan ketidakpastian masa depan (50,1%) sebagai masalah yang paling menimbulkan stress, sedangkan kondisi kerja yang berbahaya (16,2%) dan isolasi geografis (13,7%) dinilai sebagai yang paling tidak menimbulkan stress (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023a). Di Indonesia, penelitian pada petani karet di PTPN XII Renteng Kabupaten Jember menunjukkan bahwa petani mengalami 92,6% stress kerja yang tinggi (Mulianingrum et al., 2022). Meskipun mayoritas petani (67%) masih

berada dalam kondisi psikologis yang relatif stabil, hamper sepertiga dari mereka mengalami gejala awal gangguan mental seperti kecemasan, depresi, dan keluhan psikosomatik (Kurniyawan et al., 2024).

Kajian mengenai stress kerja pada petani dapat dijelaskan melalui ilmu keperawatan teori adaptasi Sister Calista Roy (*Roy Adaptation Model*). Teori ini menjelaskan bahwa manusia adalah makhluk yang selalu berusaha untuk beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi di dalam diri ataupun pada lingkungannya. Petani sering dihadapkan dengan berbagai tekanan seperti perubahan iklim, ketidakpastian hasil panen, fluktuasi harga komoditas, fluktuasi harga pupuk dan pertisida, serangan hama, keterbatasan modal dan teknologi serta beban kerja fisik yang tinggi dapat dianggap sebagai *stressor* yang mempengaruhi kemampuan adaptasi petani. Apabila petani mampu beradaptasi menggunakan mekanisme koping efektif, maka akan muncul respon adaptif berupa kemampuan mengelola stress, mempertahankan produktivitas, dan menjaga kesehatan fisik maupun mental menggunakan berbagai sumber daya yang dimilikinya (Chen et al., 2026).

Berbagai penelitian dalam periode tahun 2022-2026 telah mengidentifikasi faktor resiko dan dampak stress kerja pada petani. Penelitian Saju dkk (2024) menemukan bahwa dukungan social, keterlibatan komunitas, dan ketahanan psikologis merupakan faktor protektif yang membantu petani menghadapi tekanan pekerjaan (Saju et al., 2024). Handayani (2025) melaporkan bahwa beban kerja berlebih dan konflik peran pada petani kopi perempuan berkontribusi terhadap peningkatan stress kerja dan penurunan kepuasan kerja (Handayani, 2025). Janji dkk (2025) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kelelahan kerja dan potensi masalah kesehatan mental pada kelompok petani (Janji et al., 2025).

Stress kerja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan fisik, psikologis, maupun produktivitas kerja. Stress kerja yang dihadapi oleh petani menyebabkan dampak negatif diantaranya dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental (Sari & Resmiati, 2024), menurunnya motivasi, produktivitas dan kepuasan kerja (Handayani, 2025), kelelahan kerja (*Work Fatigue*) (Antika &

Galuh, 2023), meningkatnya resiko kecelakaan dan penyakit (Khadijah & Susilawati, 2024), penurunan kesejahteraan dan kualitas hidup (K. E. Pratiwi & Moeis, 2022). Oleh karena itu, identifikasi dan penanganan stress kerja menjadi aspek penting dalam upaya meningkatkan kesehatan stress kerja dan kesejahteraan pekerja, khususnya pada sektor pertanian.

Variable stress kerja dipilih karena merupakan salah satu indikator penting yang mempengaruhi kesehatan fisik, kesehatan mental, produktivitas, serta kualitas hidup petani. Selain itu, berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa stress kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja, gangguan musculoskeletal, penurunan kepuasan kerja, serta masalah kesehatan mental lainnya. Faktor resiko seperti beban kerja, kondisi ergonomic, tekanan ekonomi, dan minimnya dukungan social juga sering ditemukan dalam aktivitas pertanian sehingga penting untuk dikaji secara mendalam. dengan memahami faktor resiko, dampak dan strategi penanganannya, diharapkan dapat diperoleh rekomendasi yang bermanfaat bagi peningkatan kesejahteraan dan kesehatan mental petani (Handayani, 2025).

Di balik kontribusi petani sebagai penyedia bahan pangan, terdapat realitas yang sering luput dari perhatian kita seperti beban kerja yang dialami petani, stres pada petani akibat ketidakpastian cuaca, fluktuasi komoditas dan lain sebagainya. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian dengan judul “*Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan*” penting dilakukan guna menyajikan bukti ilmiah terkini untuk dikaji secara sistematis yang dapat menjadi landasan bagi penelitian, praktik keperawatan, maupun penyusunan kebijakan kesehatan kerja di sektor pertanian guna mendukung upaya peningkatan kesejahteraan dan kualitas hidup petani.

1.2 Rumusan Masalah

- a. Apa saja faktor-faktor resiko yang menyebabkan stress kerja pada petani berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasikan ?
- b. Apa saja faktor-faktor protektif untuk mencegah stress kerja pada petani berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasi ?
- c. Apa saja dampak stress kerja terhadap kesehatan fisik, kesehatan mental, produktivitas kerja, dan kesejahteraan petani ?
- d. Apa saja strategi penanganan dan Upaya pencegahan stress kerja pada petani yang telah dilaporkan dalam berbagai penelitian ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis dan mensintesis hasil penelitian mengenai stress kerja pada petani yang meliputi faktor resiko, faktor protektif, dampak, serta strategi penanganannya berdasarkan literatur ilmiah yang telah dipublikasikan.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi faktor-faktor resiko yang berhubungan dengan stress kerja pada petani berdasarkan hasil penelitian yang tersedia.
- b. Mengidentifikasi faktor-faktor protektif untuk mencegah stress kerja pada petani berdasarkan hasil penelitian yang tersedia.
- c. Mengidentifikasi dampak stress kerja terhadap kesehatan fisik, kesehatan psikologis, produktivitas kerja, dan kualitas hidup petani.
- d. Mengidentifikasi berbagai strategi penanganan dan pencegahan stress kerja pada petani yang telah diterapkan dan diteliti.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan kerja, kesehatan masyarakat, dan kesehatan mental, khususnya yang berkaitan dengan stress kerja pada petani. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya mengenai faktor resiko, dampak, dan strategi penanganan stress kerja pada kelompok pekerja sektor pertanian.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Petani

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran petani mengenai faktor-faktor yang dapat memicu stress kerja, faktor protektif, dampak yang ditimbulkan, serta cara-cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi stress kerja sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas kerja.

b. Bagi Pemerintah dan Pemangku kebijakan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan kebijakan, program, dan intervensi yang mendukung kesehatan kerja petani serta meningkatkan kesejahteraan tenaga kerja di sektor pertanian.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai stres kerja pada petani, baik melalui penelitian kuantitatif, kualitatif, maupun intervensi keperawatan. Selain itu, hasil tinjauan literatur ini dapat membantu mengidentifikasi kesenjangan penelitian (research gap) sehingga dapat menjadi dasar penyusunan penelitian yang lebih komprehensif di masa mendatang.

d. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu keperawatan, khususnya keperawatan komunitas dan keperawatan jiwa, dengan menyajikan sintesis bukti ilmiah mengenai faktor risiko, faktor protektif, dampak, serta strategi penanganan stres kerja pada petani.

BAB 2.TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep Stres Kerja

Stres kerja merupakan respons fisik, psikologis, dan perilaku yang muncul ketika tuntutan pekerjaan tidak seimbang dengan kemampuan, sumber daya, atau kebutuhan individu. Stres kerja dapat terjadi akibat tekanan yang berlangsung terus-menerus sehingga menimbulkan gangguan kesehatan, penurunan produktivitas, serta berkurangnya kesejahteraan pekerja pada sektor pertanian, stres kerja menjadi isu penting karena petani menghadapi berbagai risiko seperti ketidakpastian hasil panen, perubahan iklim, fluktuasi harga komoditas, pupuk, pestisida, tuntutan fisik yang berat, dan perubahan teknologi yang semakin berkembang di bidang pertanian (Fazhil et al., 2023).

Menurut perspektif keperawatan komunitas dan kesehatan kerja, stres kerja pada petani merupakan kondisi yang dapat memengaruhi kesehatan fisik, mental, sosial, serta produktivitas kerja. Pendekatan Agricultural Nursing menempatkan petani sebagai kelompok pekerja yang rentan mengalami gangguan kesehatan akibat interaksi antara faktor individu, pekerjaan, dan lingkungan pertanian (Susanto et al., 2014).

2.2. Faktor Resiko Stres Kerja pada Petani

Faktor risiko merupakan kondisi yang meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami stres kerja. Pada petani, faktor risiko dapat berasal dari aspek individu, pekerjaan, lingkungan social maupun ekonomi.

2.2.1. Beban Kerja yang Tinggi

Pekerjaan pertanian masih didominasi aktivitas manual yang membutuhkan tenaga besar, seperti mencangkul, menanam, memanen, dan mengangkut hasil pertanian ditengah teriknya panas matahari. Tingginya beban kerja fisik dapat menyebabkan kelelahan pada petani yang kemudian berkontribusi terhadap munculnya stres kerja (Wurarah et al., 2020).

2.2.2. Faktor Ergonomi

Aktivitas pertanian sering dilakukan dengan posisi kerja membungkuk, jongkok, atau mengangkat beban berat dalam waktu lama. Posisi tubuh yang salah atau Gerakan yang berulang-ulang menimbulkan risiko ergonomi yang tinggi sehingga dapat menyebabkan gangguan muskuloskeletal dan meningkatkan tekanan psikologis petani (Widodo et al., 2025).

2.2.3. Ketidakpastian Ekonomi

Petani sangat bergantung pada harga pasar hasil pertanian. Penurunan harga komoditas, tingginya biaya produksi, serta rendahnya pendapatan dapat menjadi sumber tekanan psikologis yang signifikan. Tekanan ekonomi dan biaya produksi yang tinggi berkontribusi terhadap stres kerja pada petani (Handayani, 2025).

2.2.4. Perubahan Iklim dan Resiko Gagal Panen

Perubahan cuaca yang tidak menentu, kekeringan, banjir, dan serangan hama pengganggu tanaman meningkatkan risiko gagal panen. Kondisi tersebut menyebabkan kecemasan dan ketidakpastian yang berdampak pada kesehatan mental petani yang dapat menyebabkan stress kerja pada petani (Kurniyawan et al., 2024).

2.2.5. Faktor Individu

Usia, masa kerja, status gizi, kecukupan energi, kondisi kesehatan, dan kebiasaan merokok dapat memengaruhi kondisi fisik petani. Faktor – faktor tersebut dapat menyebabkan kelelahan kerja yang merupakan salah satu indikator awal stres kerja (Antika & Galuh, 2023).

2.3. Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani

2.3.1. Dukungan Sosial

Dukungan dari keluarga, pasangan, kelompok tani, dan masyarakat sekitar berperan penting dalam mengurangi stres kerja. Dukungan sosial dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi masalah dan memperkuat mekanisme koping. Dukungan keluarga terbukti menjadi faktor penting dalam menghadapi tekanan peran dalam pekerjaan pertanian (Handayani, 2025).

2.3.2. Kemampuan Koping Adaptif

Koping adaptif meliputi kemampuan memecahkan masalah, berpikir positif, mengelola emosi, manajemen waktu, mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan dan pengelolaan emosi dapat membantu petani menghadapi tekanan kerja secara efektif. Semakin baik kemampuan koping seseorang, semakin rendah risiko mengalami stres berkepanjangan. Individu yang memiliki kemampuan koping baik cenderung lebih mampu mengendalikan stres dibandingkan mereka yang menggunakan koping maladaptif (A. Pratiwi et al., 2025).

2.3.3. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Pelatihan pertanian modern, penggunaan teknologi pertanian, serta edukasi kesehatan kerja dapat meningkatkan efikasi diri petani dalam menghadapi tantangan pekerjaan. Pemanfaatan teknologi seperti drone pertanian dan sistem pertanian modern berpotensi mengurangi beban kerja fisik petani. Pengalaman dan pengetahuan mengenai pengelolaan risiko usaha tani juga dapat meningkatkan rasa kontrol terhadap pekerjaan (Roessali et al., 2022).

2.4. Dampak Stres Kerja pada Petani

2.4.1. Dampak Fisik

Stres berkepanjangan dapat menyebabkan kelelahan kronis, gangguan tidur, nyeri otot dan sendi, sakit kepala, penurunan daya tahan tubuh, peningkatan risiko penyakit kardiovaskular serta penurunan daya tahan tubuh. Pada sektor pertanian, stres sering muncul bersamaan dengan kelelahan kerja akibat tingginya tuntutan fisik pekerjaan (Latief et al., 2022).

2.4.2. Dampak Psikologis

Dampak psikologis yang dapat muncul meliputi kecemasan, depresi, ketegangan emosional, frustrasi, perasaan tidak berdaya, dan penurunan kepuasan kerja. Pada petani perempuan, stres kerja yang tinggi dapat menurunkan motivasi kerja dan kepuasan. Masalah ekonomi dan kegagalan panen yang dialami petani dapat memicu gangguan psikososial yang berdampak pada kesehatan mental (Kurniyawan et al., 2024).

2.5. Strategi penanganan Stres Kerja pada Petani

Stres kerja pada petani merupakan masalah kesehatan yang memerlukan penanganan komprehensif melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Perawat, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas memiliki peran penting dalam membantu petani mengelola stres sehingga mampu mempertahankan kesehatan fisik, psikologis, dan produktivitas kerja. Berbagai penelitian keperawatan Indonesia menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan koping, dukungan sosial, efikasi diri, serta pengelolaan kelelahan dapat menjadi strategi efektif dalam menurunkan risiko stres kerja pada kelompok petani dan pekerja (Janji et al., 2025).

2.5.1. Promosi Kesehatan Mental

Edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi utama yang dapat dilakukan perawat komunitas kepada petani. Materi edukasi meliputi pengenalan stres kerja, faktor penyebab, tanda dan gejala stres, serta cara mengelola stres secara mandiri. Peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan mental dapat membantu petani mengenali masalah psikologis lebih dini sehingga tindakan pencegahan dapat dilakukan sebelum terjadi gangguan yang lebih berat.

Perawat juga dapat memberikan pendidikan mengenai teknik manajemen stres seperti pengaturan waktu kerja, pengendalian emosi, pemecahan masalah (*problem solving*), dan pengembangan pola pikir positif. Strategi ini bertujuan meningkatkan kemampuan petani dalam menghadapi tekanan pekerjaan dan ketidakpastian hasil pertanian. Penelitian keperawatan menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengelola stres dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti resiliensi atau kemampuan adaptasi dan kecerdasan emosional. Semakin baik resiliensi dan kecerdasan emosional seseorang, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami (Wardani et al., 2022).

2.5.2. Penguatan Dukungan Sosial dan Koping Adaptif

Dukungan sosial merupakan faktor protektif yang penting dalam mengurangi stres kerja. Dalam praktik keperawatan komunitas, perawat dapat memfasilitasi pembentukan kelompok pendukung (*support group*) bagi petani melalui kelompok tani, posyandu, atau kegiatan kesehatan masyarakat. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, rekan sesama petani, tokoh masyarakat, tenaga kesehatan, dan kelompok tani. Dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) terhadap stres sehingga individu lebih mampu menghadapi tekanan pekerjaan. Dukungan dari lingkungan sekitar juga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup petani (Janji et al., 2025).

Koping adaptif merupakan kemampuan individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah secara konstruktif. Perawat dapat membantu petani mengembangkan strategi koping yang sehat melalui konseling individu maupun kelompok. Bentuk koping adaptif yang dapat dilakukan dengan identifikasi sumber stress, penyusunan prioritas masalah, pengambilan keputusan yang rasional, peningkatan keterampilan komunikasi, dan pemanfaatan dukungan sosial. Kemampuan koping yang baik membantu petani beradaptasi terhadap tekanan ekonomi, perubahan cuaca, maupun risiko gagal panen sehingga dampak negatif stres dapat diminimalkan (Wardani et al., 2022).

BAB 3. METODE PENELITIAN

3.1. Strategi Pencarian Literatur

3.1.1. Protocol dan Registrasi

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur (*Literature Review*) dengan pendekatan sistematis yang mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA 2020) untuk menjamin transparansi, replikasi, dan kualitas pelaporan hasil telaah literatur. PRISMA 2020 merupakan pedoman yang banyak digunakan dalam penelitian kesehatan untuk mengidentifikasi, menyeleksi, menilai, dan mensintesis artikel yang relevan (Page et al., 2021).

Tahap penelitian meliputi identifikasi artikel melalui berbagai basis data elektronik, penyaringan artikel berdasarkan judul dan abstrak, penilaian kelayakan artikel melalui telaah teks lengkap (*full text*), seleksi artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, serta ekstraksi data dan sintesis hasil penelitian. Untuk meningkatkan transparansi dan meminimalkan bias penelitian, protocol pencarian literatur disusun sebelum proses pencarian dilakukan.

3.1.2. Database Pencarian

Literature review merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan, membaca, menganalisis, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan suatu topik tertentu. Tujuannya adalah untuk mengetahui apa yang sudah diketahui oleh peneliti sebelumnya, menemukan kesenjangan penelitian (*research gap*), serta memberikan dasar ilmiah bagi penelitian yang akan dilakukan (Ariani et al., 2025).

Tabel.1 Database Pencarian

No	Database	Link Database Pencarian
1.	Proquest	(https://www.proquest.com)
2.	Pubmed	(https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov)
3.	Scopus	(https://www.scopus.com)

3.1.3. Kata kunci yang digunakan

Studi *literature review* ini menggunakan beberapa kata kunci yang telah sesuai dengan topik dalam pencarian, tidak lupa juga memperhatikan publikasi artikel keluaran terbaru atau dalam waktu lima tahun terakhir. Boolean operator adalah teknik sederhana yang digunakan untuk menggabungkan atau menyaring kata kunci saat mencari artikel, jurnal, atau informasi di *database* seperti Proquest, PubMed, dan Scopus (Putra, 2026). Strategi pencarian dikembangkan menggunakan kombinasi kata kunci dan *Boolean Operators* (AND,OR,NOT) untuk memperoleh artikel yang relevan dengan topik penelitian. Strategi pencarian tersebut berdasarkan konsep psikososial dan kesehatan kerja pada petani yang dalam berbagai penelitian terbaru dilaporkan dipengaruhi oleh faktor pekerjaan, lingkungan kerja, kondisi ekonomi, dukungan social, serta strategi koping individu. Strategi pencarian literatur dirancang secara komprehensif dengan mengombinasikan berbagai basis data internasional dan nasional, penggunaan operator Boolean, serta penerapan pedoman PRISMA 2020 guna menjamin kelancaran (*traceability*), transparansi, dan reproduktibilitas proses seleksi artikel sehingga menghasilkan sintesis bukti ilmiah yang valid dan terpercaya.

Tabel 2 Kata kunci

<i>Database</i>	Kata kunci
Proquest	<i>("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management")</i>
Pubmed	<i>("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management")</i>
Scopus	<i>("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management")</i>

3.2. Kriteria Literatur Penelitian

3.2.1. Komponen PICOS

PICOS adalah kerangka yang digunakan untuk membantu peneliti menyusun pertanyaan penelitian, menentukan kata kunci pencarian, serta menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi dalam literature review atau systematic review. Kerangka ini membuat proses pencarian artikel menjadi terarah dan sistematis (Hosseini, 2024).

Table 3 Format PICOS

Komponen	Kriteria
P (<i>Population Problem</i>)	Petani (<i>farmers</i>) dan pekerja agricultural (<i>Agricultural worker</i>)
I (<i>Intervention Exposure</i>)	Faktor resiko stress kerja (misalnya beban kerja tinggi, perubahan iklim, gagal panen, paparan pestisida, masalah ekonomi, cedera kerja, isolasi sosial) dan faktor protektif (dukungan social, resiliensi, coping, literasi kesehatan mental, akses layanan kesehatan) (Yazd et al., 2019)
C (<i>Comparison</i>)	Petani dengan tingkat paparan faktor resiko yang berbeda; petani dengan dan tanpa faktor; atau kelompok pembanding non petani bila tersedia. Tidak wajib ada pada seluruh studi karena banyak penelitian observasional (Yazd et al., 2019).
O (<i>Outcome</i>)	Stress kerja, stress psikologis, distress, kecemasan, depresi, burnout, gangguan kesehatan mental, kualitas hidup, kesejahteraan psikologis, serta efektivitas penanganan coping (Hagen et al., 2019).
S (<i>Study Design</i>)	Study kuantitatif (<i>cross-sectional, cohurt, case-control</i>), studi kualitatif, <i>mixed methods</i> , dan <i>literature review</i> yang membahas stress atau kesehatan mental petani (Younker & Radunovich, 2022)

3.2.2. Kriteria Inklusi dan Kriteria Eksklusi

Kriteria inklusi didefinisikan sebagai karakteristik atau syarat yang harus dipenuhi agar suatu artikel dapat dimasukkan dalam penelitian yang bertujuan untuk memastikan data yang digunakan sesuai dengan tujuan penelitian dan memperoleh sampel yang relevan. Sebaliknya, kriteria eksklusi adalah karakteristik yang menyebabkan suatu artikel tidak dimasukkan dalam penelitian meskipun memenuhi beberapa kriteria inklusi. Penetapan kriteria inklusi dan eksklusi merupakan standar saat merancang protocol penelitian berkualitas tinggi, berikut ini adalah kriteria Inklusi pada penelitian ini :

1. Artikel membahas stress kerja, stress psikologis, kesehatan mental, distress, depresi, atau *burnout* pada petani.
2. Populasi penelitian adalah petani atau pekerja sektor pertanian
3. Artikel membahas minimal salah satu aspek: faktor resiko, faktor protektif, dampak, atau strategi penanganan stress.
4. Artikel penelitian asli (*original research*), baik kuantitatif, kualitatif, maupun mixed methods.
5. Artikel yang tersedia gratis dalam text lengkap (*free full text*).
6. Artikel terbit pada jurnal ilmiah melalui proses *peer-review*.
7. Artikel yang diterbitkan secara nasional dan internasional pada periode tahun 2022 sampai 2026.

Adapun kriteria eksklusi pada penelitian ini, yaitu :

1. Artikel yang tidak berfokus pada petani atau pekerja pertanian.
2. Artikel yang hanya membahas kesehatan fisik tanpa menilai stress atau kesehatan mental
3. Editorial, opini, surat kepada editor, proceeding, abstrak konferensi, atau komentar.
4. Artikel yang tidak tersedia *free full text*.
5. Artikel yang diterbitkan sebelum tahun 2022.
6. Artikel duplikat dari database yang berbeda.
7. Artikel yang tidak melaporkan hasil terkait faktor resiko, faktor protektif, dampak, atau strategi penanganan stress
8. Artikel yang tidak lengkap, dari segi data, responden, hasil penelitian, metode penelitian, pembahasan.

3.3. Seleksi Literatur

3.3.1. *Identification* (Identifikasi)

Tahap identifikasi merupakan proses awal pencarian dari database seperti Proquest, PubMed, dan Scopus menggunakan kata kunci yang telah ditentukan. Pada tahap ini peneliti mengumpulkan seluruh artikel yang ditemukan, kemudian menghapus artikel yang duplikat (sama) sehingga diperoleh daftar artikel unik untuk ditinjau lebih lanjut (Andreansyah et al., 2025).

3.3.2. *Screening* (Penyaringan)

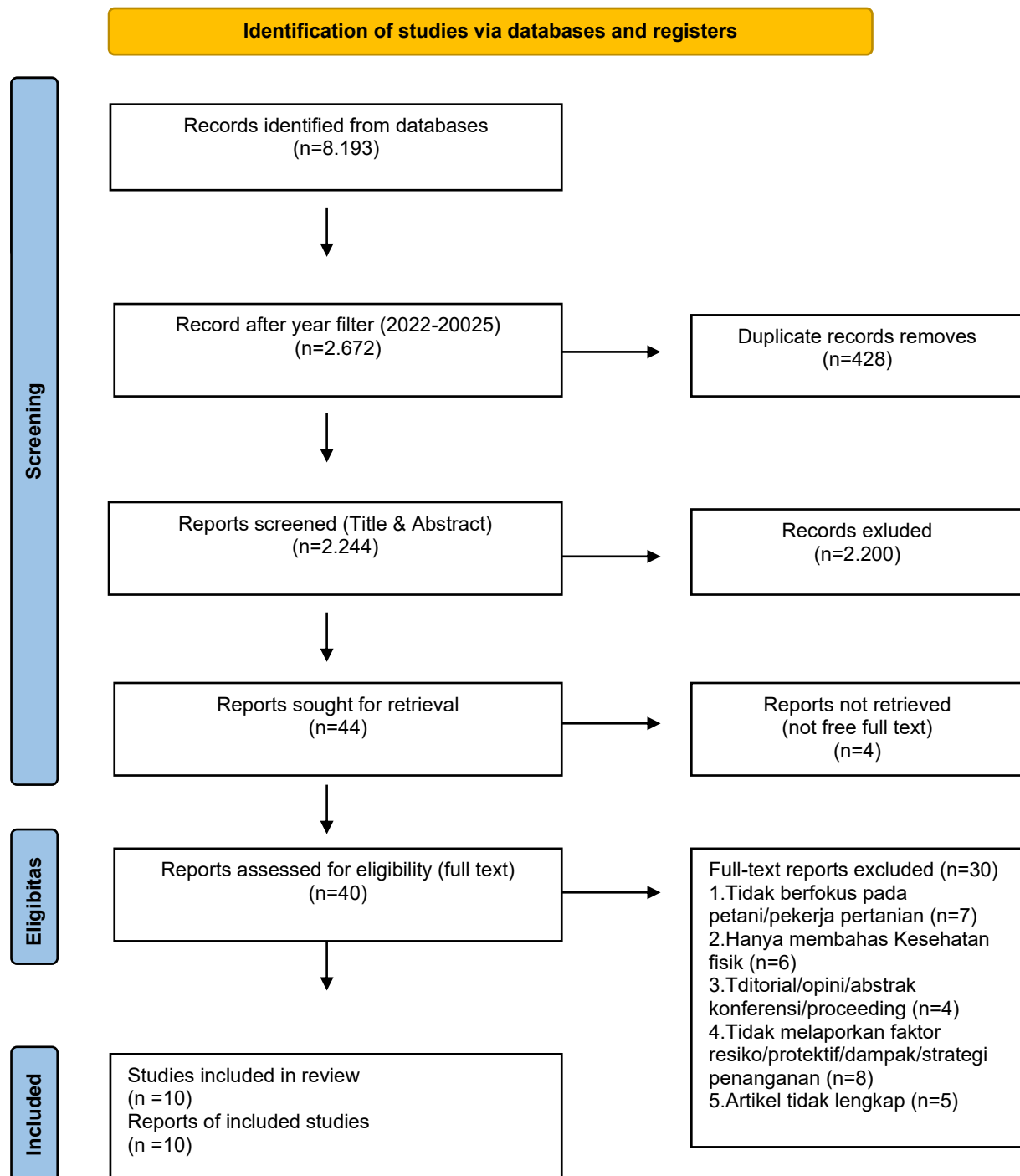
Tahap screening dilakukan dengan menyeleksi artikel berdasarkan judul dan abstrak. Tujuannya adalah menghilangkan artikel yang tidak sesuai dengan topik penelitian, populasi, intervensi, atau tujuan kajian. Artikel yang dianggap tidak relevan akan dikeluarkan dari proses seleksi (Qomariyah et al., 2023). Setelah peneliti mendapatkan 8.193 buah artikel melalui tahap identifikasi dengan memasukkan kata kunci, kemudian peneliti memfilter artikel berdasarkan tahun terbitnya, yaitu 5 tahun terakhir antara bulan januari 2022 sampai dengan bulan juni 2026. Peneliti juga memilih artikel yang bagiannya tersedia secara lengkap gratis (*free full text*).

3.3.3. *Eligibilitas* (kelayakan)

Tahap eligibility dilakukan dengan membaca full text (text lengkap) artikel yang lolos screening. Peneliti menilai apakah artikel memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan dan artikel yang tidak memenuhi kriteria akan dikeluarkan beserta alasannya (Rahayu & Wulandari, 2025).

3.3.4. *Included* (Artikel yang diikuti)

Tahap input merupakan tahap akhir seleksi. Artikel yang telah memenuhi seluruh kriteria inklusi dan lolos penilaian kualitas akan dimasukkan ke dalam proses analisis dan sintesis data dalam literature review. Artikel inilah yang menjadi sumber utama pembahasan hasil penelitian (Rahayu & Wulandari, 2025). Proses empat tahap seleksi artikel ini selengkapnya ditunjukkan pada Gambar 3.1.



Gambar 1. PRISMA 2020 *flowchart*

BAB 4. HASIL DAN ANALISIS

4.1. Hasil Pencarian Literatur

Proses seleksi literatur dalam penelitian ini mengikuti pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2020. Tahap identifikasi diawali dengan penelusuran artikel melalui beberapa basis data elektronik yang menghasilkan 8.193 artikel. Selanjutnya dilakukan skrining tahun publikasi dengan membatasi artikel yang diterbitkan pada periode 2022-2025, sehingga diperoleh 2.672 artikel yang memenuhi kriteria tahun publikasi. Pada tahap berikutnya dilakukan identifikasi dan penghapusan artikel duplikat yang berasal dari beberapa basis data. Sebanyak 428 artikel teridentifikasi sebagai duplikasi dan dikeluarkan dari proses seleksi, sehingga 2.244 artikel untuk dilakukan skrining berdasarkan judul dan abstrak. Tahap skrining dilakukan untuk menilai kesesuaian artikel dengan topik penelitian mengenai stres kerja pada petani atau pekerja pertanian. Dari 2.244 artikel yang diseleksi, sebanyak 2.200 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan fokus penelitian berdasarkan judul dan abstraknya. Dengan demikian, diperoleh 44 artikel yang memenuhi kriteria awal dan dilanjutkan ke tahap penelusuran naskah lengkap (*full-text retrieval*). Pada tahap penelusuran naskah lengkap, 4 artikel tidak dapat disertakan karena tidak tersedia dalam bentuk *free full text*. Selanjutnya, 40 artikel dinilai kelayakannya berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Hasil penelitian *full-text* menunjukkan bahwa 30 artikel tidak memenuhi kriteria sehingga dikeluarkan dari penelitian. Alasan eksklusi meliputi artikel yang tidak berfokus pada petani atau pekerja pertanian (n=7), artikel yang hanya membahas kesehatan fisik tanpa menilai kesehatan mental atau stres (n=6), artikel berupa editorial, opini, surat kepada editor, prosiding, abstrak konferensi, atau komentar (n=4), artikel yang tidak melaporkan hasil terkait faktor resiko, faktor protektif, dampak, maupun strategi penanganan stres (n=8), serta artikel yang tidak lengkap dari segi data, responden, metode penelitian, hasil penelitian maupun pembahasan (n=5). Berdasarkan hasil pencarian literatur diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dinyatakan relevan untuk digunakan dalam *literature review* terkait stres kerja pada petani: kajian literatur tentang faktor resiko, faktor protektif, dampak, dan strategi penanganannya.

4.2. Karakteristik Penelitian

Dari hasil pencarian artikel yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan 10 (N=10) artikel yang dinilai relevan untuk dilakukan analisa lebih lanjut. 10 artikel terpilih terbagi diurutkan berdasarkan tahun (tabel 4), negara (tabel 5), serta metode penelitian (tabel 6) Berdasarkan tabel dibawah diketahui tahun publikasi, terdapat 2 artikel (20%) tahun 2023, 3 artikel (30%) tahun 2024, 3 artikel (30%) tahun 2025, dan 2 artikel (20%) tahun 2026.

Tabel 4 karaktersitik artikel berdasarkan tahun

Tahun	Jumlah	Persentase
2023	2	20%
2024	3	30%
2025	3	30%
2026	2	20%
Total	10	100%

Berdasarkan tabel dibawah diketahui artikel berasal dari Kanada (30%), Amerika Serikat (30%), Austria (20%), Irlandia (10%), dan Chili (10%).

Tabel 5 Karakteristik artikel berdasarkan negara asal

Negara	Jumlah	Persentase
Kanada	3	30%
Amerika Serikat	3	30%
Austria	2	20%
Irlandia	1	10%
Chili	1	10%
Total	10	100%

Berdasarkan tabel dibawah diketahui bahwa 4 artikel menggunakan *mixed methods* (40%), 4 artikel menggunakan metode *cross-sectional* (40%), 1 artikel menggunakan fenomenologi (10%), dan 1 artikel menggunakan metode grounded theory/exploratory (10%)

Tabel 6 Karakteristik artikel berdasarkan metode penelitan

Metode	Jumlah	Persentase
Mixed Methods	4	40%
Cross-sectional	4	40%
Fenomenologi	1	10%
Grounded Theory/Exploratoru	1	10%
Total	10	100%

4.2.1. Karakteristik Penelitian Berdasarkan Populasi

Beberapa penelitian menggunakan populasi yang lebih spesifik (Thompson, Hagen, & Jones-bitton, 2023) melibatkan 75 petani dan profesional industri pertanian dalam wawancara mendalam serta (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023) 1.167 petani pada survei nasional di Kanada. (Rudolphi et al., 2024) meneliti 25 petani pria dan wanita di Illinois. (Connor et al., 2024) meneliti 351 petani di Irlandia. (Michelle et al., 2025) melibatkan 354 pekerja pertanian di wilayah Barat Amerika Serikat, sedangkan (Mora-guerrero et al., 2025) meneliti 41 perempuan petani di Chili. (Schaffler et al., 2026) dan (Humer et al., 2026) masing-masing melibatkan 2.006 petani Austria, sedangkan (Marson & Bruce, 2026) secara khusus meneliti 25 perempuan operator utama pertanian di Amerika Serikat, dan (Jones et al., 2024) yang melibatkan 75 partisipan petani aktif dan individu yang bekerja dekat dengan petani di Ontario, Kanada.

4.2.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Mayoritas penelitian melibatkan petani usia produktif hingga lanjut usia. (Michelle et al., 2025) menetapkan responden berusia minimal 18 tahun dan menemukan bahwa pekerja pertanian usia muda melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan usia yang lebih tua. Sebaliknya, (Connor et al., 2024) menemukan bahwa petani yang lebih tua memiliki risiko burnout dan gangguan tidur yang lebih tinggi. (Humer et al., 2026) juga melaporkan bahwa petani muda lebih banyak mengalami tekanan terkait beban kerja, konflik antargenerasi, dan masalah finansial dibandingkan petani yang lebih tua.

4.2.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Sebagian besar penelitian melibatkan petani laki-laki dan perempuan sehingga memungkinkan perbandingan karakteristik stres kerja berdasarkan gender. (Rudolphi et al., 2024) menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami stres terkait kondisi ekonomi dan lingkungan, sedangkan perempuan cenderung mengalami stres akibat isolasi geografis, peran ganda, dan memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami gejala depresi. Penelitian (Mora-guerrero et al., 2025) dan (Marson & Bruce, 2026) secara khusus meneliti perempuan petani dan menunjukkan bahwa beban ganda sebagai pekerja pertanian dan pengelola rumah tangga menjadi faktor penting yang meningkatkan stres psikologis.

Tabel 7 Karakteristik Penelitian

Penulis	Populasi	Jumlah	Jenis Kelamin	Usia
Thompson et al. (2023)	Petani Kanada	1167	L/P	Dewasa
Thompson et al. (2023)	Petani & profesional	75	L/P	Dewasa
Jones et al. (2024)	Petani & profesional	75	L/P	Dewasa
Rudolphi et al. (2024)	Petani Illinois	25	L/P	Dewasa
O'Connor et al. (2024)	Petani Irlandia	351	L/P	Dewasa
Grocke-Dewey et al. (2025)	Pekerja pertanian	354	L/P	≥18 tahun
Mora-Guerrero et al. (2025)	Perempuan petani	41	P	Dewasa
Humer et al. (2026)	Petani Austria	2006	L/P	Dewasa
Schaffler et al. (2026)	Petani Austria	2006	L/P	Dewasa
Marson&Bruce (2026)	Operator perempuan	25	P	Dewasa

Tabel 8 Hasil Sintesis Literatur

No	Penulis	Judul	Variabel	Subjek penelitian	Tujuan penelitian	Hasil Penelitian
1	(Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023)	<i>An Incredible Amount of Stress before You Even Put a Shovel in the Ground</i>	Faktor resiko	Subjek penelitian ini adalah 75 partisipan yang terdiri atas petani dan berbagai pemangku kepentingan sektor pertanian.	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan memahami secara komprehensif berbagai stressor yang dialami petani Kanada serta mengukur Tingkat stres.	Stres dipengaruhi tekanan ekonomi, iklim, beban kerja, birokrasi, dan pasar. Berdampak pada kesejahteraan psikologis.
2	(Thompson, Hagen, & Jones-bitton, 2023)	<i>Tractors, Talk, Mindset, Mantras, Detachment, and Distraction</i>	Strategi penanganan	Sebanyak 75 petani dan professional sektor pertanian, serta 1.167 petani dari berbagai provinsi di Kanada.	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi koping yang digunakan petani Kanada dalam menghadapi stress kerja.	Strategi koping adaptif meliputi bekerja, dukungan keluarga, berpikir positif, doa, rekreasi.
3	(Jones et al., 2024)	<i>Poor Mental Health Negatively Impacts Farmers Personally, Interpersonally,</i>	Faktor resiko	Subjek penelitian ini adalah sebanyak 75 partisipan yang terdiri dari petani aktif dan individu yang bekerja dekat	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak kesehatan mental yang buruk terhadap kehidupan pribadi, hubungan social, fungsi kognitif, dan pekerjaan petani.	Kesehatan mental buruk memengaruhi aspek pribadi, sosial, kognitif, dan pekerjaan.

		<i>Cognitively, and Professionally</i>		dengan petani di Ontario, Kanada.		
4	(Rudolphi et al., 2024)	<i>A Comparison between Farm-Related Stress, mental health and social support between Men and Women farmers</i>	Faktor resiko	Petani di Illinois yang dipilih secara acak melalui basis data Farm Market ID	Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat stress kerja pertanian, kondisi Kesehatan mental, serta dukungan sosial pada petani laki-laki dan perempuan di Illinois, Amerika Serikat.	Petani laki-laki lebih banyak mengalami stress akibat faktor ekonomi dan lingkungan, sedangkan perempuan lebih rentan terhadap stress akibat isolasi geografis.
5	(Connor et al., 2024)	<i>Sleep Issues and Burnout in Irish Farmers: A cross sectional survey</i>	Dampak	Subjek penelitian ini terdiri dari 351 petani aktif di Irlandia dari berbagai jenis usaha tani.	Tujuan penelitian ini Adalah mengidentifikasi prevalensi gangguan tidur dan burnout pada petani di Irlandia serta menganalisis hubungan keduanya dengan Kesehatan mental, fisik, dan karakteristik individu.	Burnout berhubungan dengan seluruh aspek kualitas tidur dan kondisi kesehatan yang lebih buruk.
6	(Mora-guerrero et al., 2025)	<i>How Stressors and Facilitators</i>	Faktor resiko &	Subjek penelitian ini adalah	Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara	Beban kerja ganda dan peran gender

		<i>of Work–Family Dynamics Interrelate and affect psychological outcomes infarming women: A mixed-methods Approach in Chile</i>	Dampak	perempuan yang aktif bekerja di sektor pertanian di Amerika Serikat.	stressor dan faktor pendukung dalam dinamika pekerjaan dan keluarga serta pengaruhnya terhadap psikologis perempuan petani.	meningkatkan stres. Dukungan keluarga, komunitas, dan institusi melindungi kesehatan mental.
7	(Michelle et al., 2025)	<i>Agricultural Workers' Perspectives on Stressors, stress management topics and support options: A case Study from the western U.S</i>	Faktor resiko & Strategi penanganan	Subjek penelitian ini adalah pekerja pertanian di berbagai negara bagian wilayah barat Amerika Serikat yang terdiri dari pekerja musiman dan pekerja sepanjang tahun dengan	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi sumber stress pekerja pertanian di wilayah Amerika Serikat, mengevaluasi Tingkat stress.	Stres berasal dari beban kerja, ekonomi, cuaca, birokrasi. Dibutuhkan edukasi manajemen stres dan dukungan komunitas.

				karakteristik demografi yang beragam		
8	(Marson & Bruce, 2026)	<i>Gender and Stress : Challenges Faced by women principal operators in agriculture in the United States</i>	Faktor resiko	Subjek penelitian ini terdiri atas 25 perempuan principal operators yang aktif mengelola usaha pertanian di berbagai wilayah di Amerika Serikat.	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman stress Perempuan menjadi pengelola utama usaha pertanian di Amerika Serikat.	Masalah keuangan, peran ganda, dan stigma meningkatkan stres. Akses layanan mental rendah.
9	(Humer et al., 2026)	<i>Understanding Stress Factors in Farming : A nationwide survey on occupational strain and mental health among Austrian farmers</i>	Faktor resiko	Subjek penelitian ini adalah petani aktif dari berbagai wilayah di Austria dengan beragam jenis usaha tani, usia, Pendidikan, dan kondisi sosial ekonomi	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab stress kerja pada petani Austria serta hubungannya dengan kesehatan mental dan karakteristik pekerjaan yang mendukung penyusunan program promosi kesehatan kerja.	Beban kerja, masalah keuangan, isolasi sosial, dan konflik kerja-keluarga berkaitan dengan depresi dan kecemasan.

10	(Schaffler et al., 2026b)	<i>Identifying Stressors and Coping Resources among Austrian farmers: a mixed-methods study for targeted prevention and health promotion</i>	Faktor resiko & Strategi penanganan	Subjek penelitian ini adalah 2006 petani aktif di Austria	Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi berbagai faktor sumber stress serta kemampuan mekanisme koping petani di Austria.	Beban pekerjaan dan masalah finansial merupakan sumber stress utama petani. Dukungan keluarga, pasanganm teman, sterta kemampuan pribadi menjadi sumber daya koping yang sering digunakan.
----	---------------------------	--	-------------------------------------	---	---	--

4.3. Analisis Tematik

4.3.1. Faktor Risiko Stres Kerja pada Petani

Faktor resiko yang paling sering dilaporkan adalah tekanan ekonomi dan ketidakpastian finansial. (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023) bahwa fluktuasi harga hasil pertanian, tingginya biaya produksi, meningkatnya harga sarana produksi, ketidakstabilan pasar, sertapendapatan yang tidak menentu menjadi sumber stress utama bagi petani di Kanada. Temuan tersebut diperkuat oleh (Humer et al., 2026) yang melaporkan bahwa fluktuasi harga komoditas, tingginya beban administrasi, dan ketidakpastian kebijakan pertanian merupakan stressor yang paling berat dirasakan oleh petani Austria. (Schaffler et al., 2026) juga menemukan bahwa beban professional dan masalah keuangan merupakan kategori tekanan yang paling sering dilaporkan responden dalam penelitian mereka. Selain tekanan ekonomi, perubahan iklim dan ketidakpastian kondisi lingkungan menjadi faktor resiko yang konsisten dilaporkan dalam berbagai penelitian. (Thompson, Hagen, & Jones-bitton, 2023) menjelaskan bahwa perubahan cuaca, ketidakpastian musim tanam, kerusakan mesin, penyakit ternak, serta ketidakpastian masa depan sektor pertanian menyebabkan petani mengalami tekanan psikologis yang tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan petani harus menghadapi resiko kegagalan panen maupun kerugian ekonomi yang tidak dapat dikendalikan sepenuhnya. Hasil penelitian (Rudolphi et al., 2024) juga menunjukkan bahwa kondisi lingkungan dan ekonomi merupakan sumber stress yang lebih banyak dirasakan oleh petani, terutama pada kelompok laki-laki.

Faktor berikutnya adalah beban kerja yang tinggi dan jam kerja yang panjang. (Michelle et al., 2025) melaporkan bahwa pekerja pertanian di wilayah barat Amerika Serikat mengidentifikasi jam kerja yang panjang, bekerja pada suhu ekstrim, dan kurangnya waktu istirahat sebagai tiga penyebab stress terbesar. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Connor et al., 2024) yang menemukan bahwa pekerjaan pertanian yang menuntut secara fisik, berlangsung dalam waktu yang lama, serta minim waktu libur menyebabkan tingginya kejadian burnout dan gangguan tidur pada petani Irlandia. (Jones et al., 2024) juga menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus berdampak pada penurunan fungsi personal, interpersonal, kognitif, serta profesional petani. Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa birokrasi dan kebijakan pemerintah menjadi sumber stress baru yang semakin menonjol pada penelitian terkini. (Humer et al., 2026) melaporkan bahwa birokrasi, dokumentasi administrasi, kebijakan pertanian serta perubahan regulasi merupakan stressor dengan tingkat beban yang

tinggi pada petani Austria. Sejalan dengan itu, (Schaffler et al., 2026) menjelaskan bahwa tuntutan administratif serta persepsi kurangnya pemahaman pemuat kebijakan terhadap kondisi petani turut meningkatkan tekanan psikologis yang dialami petani. Selain faktor pekerjaan, isolasi social dan keterbatasan dukungan social juga berkontribusi terhadap munculnya stress kerja, (Rudolphi et al., 2024) menemukan bahwa isolasi geografis memiliki hubungan dengan meningkatnya gejala depresi, khususnya pada petani perempuan. (Thompson, Hagen, & Jones-bitton, 2023) juga menjelaskan bahwa petani sering menghadapi keterbatasan interaksi social akibat lokasi tempat tinggal yang jauh dari pusat pelayanan maupun komunitas, sehingga kesempatan memperoleh dukungan emosional menjadi sedikit. Kondisi tersebut menyebabkan petani cenderung menghadapi tekanan pekerjaan secara mandiri dan meningkatkan resiko gangguan kesehatan mental.

4.3.2. Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani

Faktor protektif yang paling banyak dilaporkan adalah dukungan sosial. (Rudolphi et al., 2024) menemukan bahwa dukungan social dari keluarga, teman, dan Masyarakat berperan sebagai pelindung terhadap munculnya gejala depresi dan kecemasan pada petani. Selain dukungan social, dukungan keluarga merupakan faktor protektif yang konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian. (Mora-guerrero et al., 2025) melaporkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan Perempuan petani dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kehidupan keluarga. Faktor protektif yang tidak kalah penting selanjutnya adalah strategi koping yang adaptif dalam mengurangi dampak stress kerja. (Schaffler et al., 2026) menemukan bahwa sebagian besar petani memanfaatkan hubungan sosial, kemampuan pribadi, pengalaman kerja, spiritualitas, serta aktivitas rekreasi sebagai sumber koping utama. Faktor protektif lainnya adalah resiliensi individu. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kemampuan petani beradaptasi terhadap perubahan lingkungan, mengelola tekanan pekerjaan, serta mempertahankan optimism menjadi komponen penting dalam menjaga kesehatan mental petani. (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023) menjelaskan bahwa petani memiliki kemampuan mengatasi masalah, fleksibilitas dalam menghadapi keputusan, serta keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri cenderung mampu menghadapi tekanan ekonomi maupun perubahan kondisi pertanian.

Selain faktor individu, dukungan komunitas dan kelembagaan juga berperan sebagai faktor protektif terhadap stress kerja. (Mora-guerrero et al., 2025) menemukan bahwa dukungan organisasi pertanian, kelompok masyarakat, serta institusi local membantu petani memperoleh informasi, akses terhadap sumber daya, dan bantuan dalam menghadapi berbagai tantangan pekerjaan. Penelitian (Connor et al., 2024) menunjukkan bahwa kesehatan fisik dan kualitas tidur yang baik berkontribusi terhadap penurunan resiko *burnout* pada petani. Petani yang memiliki kualitas tidur lebih baik menunjukkan Tingkat kelelahan emosional yang lebih rendah dibandingkan petani dengan gangguan tidur. Selain itu, keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga (*work-family balance*) merupakan faktor protektif yang semakin banyak dibahas dalam penelitian terkini. (Mora-guerrero et al., 2025) menjelaskan bahwa petani mampu membagi waktu antara pekerjaan, keluarga, dan kehidupan pribadi menunjukkan kondisi psikologis yang lebih baik dibandingkan petani yang mengalami konflik pekerjaan-keluarga.

Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa akses terhadap layanan kesehatan mental dan program promosi kesehatan merupakan faktor protektif yang penting. (Schaffler et al., 2026) menekankan perlunya intervensi preventif berbasis komunitas yang berfokus pada penguatan sumber coping, peningkatan literasi kesehatan mental, dan perluasan akses terhadap layanan psikologis bagi petani. Sementara itu, (Humer et al., 2026) menyatakan bahwa intervensi yang memperkuat sumber daya psikososial petani lebih efektif dalam menurunkan dampak stress dibandingkan pendekatan yang hanya berfokus pada pengurangan beban administrative atau ekonomi.

4.3.3. Dampak Stres Kerja pada Petani

Stres kerja pada petani memberikan dampak yang luas, dampak paling banyak yang dilaporkan dalam berbagai penelitian adalah menurunnya kesehatan mental, yang ditandai dengan meningkatnya gejala depresi, kecemasan, stres psikologis, dan *burnout*. (Rudolphi et al., 2024) melaporkan bahwa prevalensi gejala depresi dan kecemasan pada petani lebih tinggi dibandingkan populasi umum. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian (Humer et al., 2026) yang menunjukkan bahwa berbagai stressor pekerjaan, terutama finansial, beban kerja, isolasi sosial, dan konflik antar generasi, memiliki hubungan yang signifikan dengan meningkatnya skor depresi, kecemasan, persepsi stres, gangguan tidur, hingga resiko bunuh diri pada petani. Selain gangguan kesehatan mental, stres kerja berdampak terhadap munculnya *burnout*

(kelelahan kerja). (Connor et al., 2024) menemukan bahwa hampir seperempat petani di Irlandia mengalami burnout, sedangkan lebih dari separuh responden mengalami gangguan tidur. Kondisi tersebut dapat meningkatkan resiko kecelakaan kerja di sektor pertanian, mengingat sebagian besar aktivitas pertanian memerlukan konsentrasi tinggi dalam penggunaan alat dan mesin pertanian. Stres kerja juga berdampak terhadap penurunan kesehatan fisik. (Michelle et al., 2025) melaporkan bahwa paparan pekerjaan fisik yang berat, suhu lingkungan ekstrim, serta jam kerja yang panjang menyebabkan munculnya keluhan kelelahan kronis, nyeri muskuloskeletal, dan penurunan kondisi kesehatan secara umum pada pekerja pertanian. Kondisi fisik yang menurun akan menyebabkan penurunan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis pada petani. (Connor et al., 2024) menemukan bahwa petani yang mengalami burnout maupun gangguan tidur memiliki skor kesehatan fisik dan mental yang lebih rendah dibandingkan pada petani yang tidak mengalami kedua kondisi tersebut. Hal ini didukung penelitian (Rudolphi et al., 2024) yang menunjukkan bahwa meningkatnya stres kerja menyebabkan penurunan kesejahteraan psikologis sehingga petani lebih rentan mengalami gangguan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Selain berdampak pada individu, stres kerja juga memengaruhi hubungan keluarga dan kehidupan sosial petani. (Mora-guerrero et al., 2025) menjelaskan bahwa konflik antara pekerjaan dan keluarga menyebabkan terganggunya hubungan interpersonal, meningkatnya beban pengasuhan, serta menurunnya keseimbangan hubungan kehidupan keluarga, terutama pada perempuan petani. Apabila kehidupan sosial petani terjadi, hal ini secara tdiak langsung akan menyebabkan menurunnya produktivitas dan keberlangsungan usaha pertanian. (Humer et al., 2026) menjelaskan bahwa gangguan kesehatan mental akibat stres kerja dapat menurunkan kemampuan petani dalam mengaambil keputusan, mengelola usaha tani, dan mempertahankan produktivitas pertanian. (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023) juga menunjukkan bahwa tekanan psikologis yang berkepanjangan menyebabkan petani mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas usaha tani secara optimal sehingga berpotensi mengancam keberlanjutan usaha pertanian dalam jangka panjang.

4.3.4. Strategi Penanganan Stres Kerja pada Petani

Strategi penanganan stres kerja yang paling banyak dilaporkan dalam berbagai penelitian adalah penguatan dukungan sosial. (Rudolphi et al., 2024) menunjukkan bahwa dukungan keluarga, teman, sesama petani, dan masyarakat berperan penting dalam mengurangi dampak stres psikologis yang dialami petani. Selain itu, hubungan sosial yang baik mampu meningkatkan rasa memiliki (*sense of belonging*) sehingga mengurangi perasaan terisolasi yang sering dialami masyarakat pertanian. Selain dukungan sosial, penguatan hubungan keluarga menjadi strategi penting dalam mengurangi stres kerja, terutama pada petani perempuan. (Mora-guerrero et al., 2025) menjelaskan bahwa pembagian peran yang lebih seimbang antara anggota keluarga, keterlibatan pasangan dalam pekerjaan pertanian, serta dukungan emosional dari keluarga mampu mengurangi konflik antara pekerjaan dan kehidupan keluarga (*work-family conflict*).

Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa penguatan strategi koping adaptif dan resiliensi merupakan pendekatan yang efektif dalam mengurangi dampak stres kerja pada petani. (Schaffler et al., 2026) menegaskan bahwa petani yang memiliki strategi koping adaptif dan sumber daya psikologis yang baik cenderung lebih mampu mengelola stres dibandingkan petani yang tidak memiliki mekanisme koping yang memadai. Strategi lain yang banyak direkomendasikan adalah peningkatan akses terhadap layanan kesehatan mental. (Humer et al., 2026) menyarankan agar layanan kesehatan primer di wilayah pedesaan diperkuat sehingga petani dapat memperoleh akses yang lebih mudah terhadap layanan konseling, psikolog, maupun tenaga kesehatan lainnya. Selain layanan kesehatan, beberapa penelitian menekankan pentingnya program promosi kesehatan mental berbasis komunitas. (Schaffler et al., 2026) menyatakan bahwa intervensi berbasis komunitas yang melibatkan kelompok tani, organisasi pertanian, dan masyarakat lokal lebih efektif dalam memperkuat kemampuan petani menghadapi stres dibandingkan intervensi yang hanya berfokus pada individu. Program tersebut dapat berupa edukasi kesehatan mental, pelatihan pengelolaan stres, pembentukan kelompok pendukung (*support group*), serta peningkatan literasi kesehatan mental sehingga petani mampu mengenali gejala stres sejak dini dan mencari bantuan secara tepat. Penelitian (Connor et al., 2024) membuktikan bahwa perbaikan pola tidur dan pengelolaan kelelahan kerja merupakan strategi penting untuk menurunkan risiko *burnout*. Mengingat tingginya prevalensi gangguan tidur pada petani. Perbaikan kualitas tidur terbukti berkaitan dengan peningkatan

kesehatan mental dan kesehatan fisik petani. Selain itu, (Mora-guerrero et al., 2025) menekankan pentingnya penguatan dukungan institusional dan komunitas lokal. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa keberadaan organisasi pertanian, layanan penyuluhan, serta dukungan dari pemerintah daerah membantu petani memperoleh informasi, akses terhadap sumber daya, dan pendampingan dalam menghadapi berbagai tantangan tentang pekerjaan. Kolaborasi antara institusi kesehatan, sektor pertanian, dan komunitas lokal dinilai mampu menciptakan lingkungan kerja yang lebih mendukung kesehatan mental petani. Terakhir adalah perlunya dukungan kelembagaan dan kebijakan pemerintah dalam mengurangi sumber stres yang bersifat struktural. (Humer et al., 2026) melaporkan bahwa berbagai stresor utama petani berasal dari birokrasi, kebijakan pertanian, serta ketidakpastian ekonomi. Oleh karena itu, penanganan stres kerja tidak cukup dilakukan melalui intervensi individu, tetapi juga memerlukan penyederhanaan administrasi pertanian, peningkatan kepastian kebijakan, perlindungan terhadap fluktuasi harga komoditas, serta penguatan program kesejahteraan petani. Pendekatan ini diharapkan mampu mengurangi sumber stres yang berasal dari sistem pertanian itu sendiri.

BAB 5. PEMBAHASAN

5.1. Faktor Resiko Stres Kerja pada Petani

Berdasarkan hasil review artikel penelitian, ditemukan bahwa faktor resiko stres kerja pada petani bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh interaksi berbagai aspek ekonomi, pekerjaan, lingkungan, sosial, serta karakteristik individu. Seluruh penelitian menunjukkan bahwa stres kerja pada petani tidak muncul akibat satu penyebab tunggal, tetapi merupakan akumulasi berbagai tekanan yang berlangsung secara terus-menerus selama proses produksi pertanian. Meskipun penelitian dilakukan pada berbagai negara dengan karakteristik sistem pertanian yang berbeda, pola faktor resiko yang ditemukan relatif konsisten.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa stres kerja pada petani merupakan permasalahan global yang dipengaruhi oleh perubahan lingkungan pertanian modern, meningkatnya tuntutan produksi, dan ketidakpastian sosial ekonomi. Faktor resiko yang paling dominan dalam seluruh artikel adalah tekanan ekonomi. Hampir seluruh penelitian mengidentifikasi bahwa ketidakstabilan pendapatan, fluktuasi harga komoditas pertanian, tingginya biaya produksi, serta ketidakpastian keberlanjutan usaha tani menjadi sumber utama munculnya stres kerja pada petani. (Thompson, Hagen, & Jones-bitton, 2023) menjelaskan bahwa kekhawatiran terhadap keberlangsungan usaha tani dan meningkatnya biaya operasional menjadi penyebab utama tekanan psikologis petani. Hasil tersebut diperkuat oleh (Humer et al., 2026) dan (Schaffler et al., 2026) yang menunjukkan bahwa tekanan finansial merupakan stressor dengan tingkat persepsi tertinggi dibandingkan stressor lainnya. Menariknya, meskipun penelitian dilakukan pada negara dengan tingkat perkembangan pertanian yang berbeda, tekanan ekonomi tetap menjadi faktor resiko utama. Penelitian di Kanada lebih banyak menyoroti ketidakstabilan harga komoditas dan tingginya biaya operasional usaha tani, sedangkan penelitian di Austria menunjukkan bahwa tekanan ekonomi semakin diperberat oleh birokrasi dan perubahan kebijakan pertanian. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa sumber tekanan ekonomi dipengaruhi oleh konteks sistem pertanian masing-masing negara, namun konsekuensi akhirnya tetap sama, yaitu meningkatnya tekanan psikologis pada petani. Temuan ini memperlihatkan bahwa aspek ekonomi merupakan determinan yang paling konsisten dalam menjelaskan munculnya stres kerja pada petani. Hasil tersebut diperkuat oleh (Batterham et al., 2022) yang melaporkan bahwa kesulitan dan kekhawatiran finansial memiliki hubungan yang paling kuat dengan memburuknya kesehatan mental petani dibandingkan faktor lingkungan

pertanian lainnya.

Selain tekanan ekonomi, perubahan iklim juga menjadi faktor risiko yang banyak ditemukan pada artikel yang dianalisis. Ketidakpastian musim tanam, perubahan pola curah hujan, kekeringan, banjir, serta meningkatnya serangan hama dan penyakit tanaman menyebabkan petani menghadapi ketidakpastian hasil produksi. (Thompson, Hagen, Lumley, et al., 2023) menunjukkan bahwa perubahan cuaca meningkatkan kekhawatiran petani terhadap kemungkinan gagal panen, sedangkan (Rudolphi et al., 2024) menemukan bahwa tekanan akibat kondisi lingkungan berhubungan dengan meningkatnya gangguan kesehatan mental petani. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perubahan iklim tidak dapat dipandang sebagai faktor yang berdiri sendiri, tetapi memiliki hubungan erat dengan tekanan ekonomi. Ketika perubahan iklim menyebabkan penurunan hasil panen, petani akan mengalami penurunan pendapatan, meningkatnya biaya produksi, serta ketidakmampuan memenuhi kebutuhan ekonomi rumah tangga. Dengan demikian, perubahan iklim berperan sebagai faktor yang memperkuat tekanan ekonomi sehingga meningkatkan kerentanan petani terhadap stres kerja. Hubungan antarfaktor ini menunjukkan bahwa stres kerja pada petani merupakan fenomena yang kompleks dan tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu determinan. Temuan ini sejalan dengan (Rio et al., 2023) yang menjelaskan bahwa perubahan iklim berdampak langsung terhadap penurunan produksi tanaman pangan melalui perubahan pola curah hujan dan meningkatnya kejadian iklim ekstrim. Selain itu, (Wijaya et al., 2025) melaporkan bahwa perubahan iklim memperbesar kerentanan ekonomi petani karena meningkatkan biaya produksi, menurunkan produktivitas dan mengurangi kemampuan adaptasi petani terhadap perubahan lingkungan.

Faktor berikutnya yang ditemukan secara konsisten adalah tingginya beban kerja. (Michelle et al., 2025) melaporkan bahwa jam kerja yang panjang, tuntutan pekerjaan fisik, serta paparan suhu ekstrem merupakan penyebab utama meningkatnya stres pada pekerja pertanian. Penelitian (Connor et al., 2024) juga menunjukkan bahwa tingginya tuntutan pekerjaan berkaitan dengan burnout dan gangguan kualitas tidur, sedangkan (Jones et al., 2024) melaporkan bahwa tekanan pekerjaan kronis menyebabkan penurunan fungsi personal, interpersonal, dan profesional petani. Apabila dibandingkan dengan faktor ekonomi, beban kerja memiliki karakteristik yang berbeda. Beban kerja merupakan konsekuensi langsung dari aktivitas pertanian, sedangkan tekanan ekonomi lebih banyak dipengaruhi oleh kondisi

eksternal. Temuan ini didukung oleh (Rismayani et al., 2026) yang melaporkan bahwa beban kerja dan durasi kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja pada petani perempuan.

Penelitian yang lebih mutakhir juga menunjukkan munculnya birokrasi dan kebijakan pertanian sebagai faktor risiko baru. (Humer et al., 2026) melaporkan bahwa tuntutan administrasi, perubahan regulasi, serta persepsi kurangnya dukungan pemerintah meningkatkan tekanan psikologis petani. (Schaffler et al., 2026) menemukan bahwa birokrasi menjadi salah satu sumber stres yang paling banyak dikeluhkan oleh petani Austria. Temuan tersebut memperlihatkan adanya perubahan karakteristik stresor dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya yang lebih banyak berfokus pada faktor ekonomi dan lingkungan. Kompleksitas sistem administrasi pertanian modern menyebabkan petani tidak hanya menghadapi tuntutan produksi, tetapi juga harus memenuhi berbagai persyaratan administratif yang membutuhkan waktu, biaya, dan sumber daya tambahan. Dengan demikian, perkembangan sistem pertanian modern membawa konsekuensi munculnya bentuk stresor baru yang bersifat struktural. Selain itu, (Mack et al., 2025) melaporkan bahwa aktivitas administratif, seperti pengajuan subsidi, pembukuan, dan pelaporan usaha tani, dipersepsikan sebagai beban administrasi yang signifikan oleh petani. (Reissig et al., 2023) juga menjelaskan bahwa penggunaan layanan administrasi berbasis elektronik (*e-government*) meningkatkan persepsi terhadap *administrative burden* karena prosedurnya yang kompleks dan menyita waktu petani.

Selain faktor pekerjaan, hasil sintesis menunjukkan bahwa karakteristik individu juga memengaruhi kerentanan terhadap stres kerja. (Rudolphi et al., 2024) melaporkan bahwa perempuan petani lebih rentan mengalami tekanan akibat isolasi geografis, sedangkan laki-laki lebih banyak mengalami stres akibat tekanan ekonomi dan kondisi lingkungan. (Mora-guerrero et al., 2025) menunjukkan bahwa perempuan petani menghadapi konflik pekerjaan–keluarga akibat peran ganda sebagai pekerja pertanian dan pengelola rumah tangga. (Humer et al., 2026) juga menemukan bahwa petani usia muda mengalami tekanan yang lebih besar dibandingkan petani usia lanjut, terutama berkaitan dengan ketidakpastian ekonomi dan masa depan usaha tani. Perbedaan karakteristik tersebut menunjukkan bahwa pengalaman stres tidak hanya dipengaruhi oleh paparan stresor, tetapi juga oleh kondisi sosial, peran, dan tahap kehidupan petani. Kelompok perempuan menghadapi beban pekerjaan yang lebih kompleks karena harus menjalankan fungsi produktif dan domestik secara bersamaan, sedangkan petani usia muda menghadapi tekanan dalam membangun stabilitas ekonomi dan mempertahankan keberlanjutan

usaha tani.

Secara keseluruhan, hasil pembahasan menunjukkan bahwa faktor risiko stres kerja pada petani merupakan hasil interaksi berbagai tekanan yang berasal dari aspek ekonomi, lingkungan, pekerjaan, sosial, dan individu. Tekanan ekonomi menjadi faktor yang paling konsisten ditemukan pada seluruh artikel, kemudian diperkuat oleh perubahan iklim, tingginya beban kerja, birokrasi pertanian, serta karakteristik individu. Faktor-faktor tersebut tidak bekerja secara terpisah, tetapi saling memengaruhi sehingga membentuk suatu mekanisme yang meningkatkan kerentanan petani terhadap stres kerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa upaya pencegahan tidak dapat difokuskan hanya pada peningkatan kemampuan individu dalam mengelola stres, tetapi juga memerlukan pendekatan yang lebih komprehensif melalui penguatan ketahanan ekonomi petani, pengurangan beban administratif, peningkatan dukungan sosial, serta kebijakan pertanian yang mampu meningkatkan kesejahteraan petani secara berkelanjutan.

5.2. Faktor Protektif terhadap Stres Kerja pada Petani

Faktor protektif terhadap stres kerja pada petani mencakup dukungan sosial, strategi koping adaptif, resiliensi individu, dan dukungan institusional. Dukungan keluarga, pasangan, sesama petani, kelompok tani, dan komunitas pertanian membantu memperkuat kemampuan petani dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Strategi koping adaptif, resiliensi, optimisme, pengalaman bertani, kemampuan beradaptasi, serta dukungan penyuluhan, konseling, dan layanan kesehatan mental merupakan faktor pelindung yang konsisten dilaporkan dalam literatur. Berdasarkan hasil sintesis terhadap sepuluh artikel penelitian, ditemukan bahwa faktor protektif memiliki peran penting dalam mengurangi risiko terjadinya stres kerja pada petani. Meskipun petani menghadapi berbagai tekanan yang berasal dari aspek ekonomi, lingkungan, pekerjaan, maupun sosial, tidak seluruh individu menunjukkan tingkat stres yang sama. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh keberadaan faktor-faktor protektif yang mampu meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Hasil sintesis menunjukkan bahwa faktor protektif yang paling sering dilaporkan meliputi dukungan sosial, dukungan keluarga, resiliensi, strategi koping adaptif, akses terhadap pelayanan kesehatan mental, serta dukungan dari komunitas dan institusi pertanian. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan petani dalam menghadapi stres tidak hanya ditentukan oleh besarnya

paparan stresor, tetapi juga oleh ketersediaan sumber daya yang dapat membantu mereka mempertahankan kesejahteraan psikologis.

Dukungan sosial merupakan faktor protektif yang paling konsisten ditemukan dalam artikel-artikel yang dianalisis. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa petani yang memperoleh dukungan emosional, informasi, maupun bantuan praktis dari keluarga, teman, komunitas, dan tenaga kesehatan memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan petani yang mengalami keterbatasan dukungan sosial. (Rudolphi et al., 2024) melaporkan bahwa keberadaan jejaring sosial yang kuat membantu petani mengurangi perasaan terisolasi dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Demikian pula, penelitian (Humer et al., 2026) menunjukkan bahwa petani yang merasa memperoleh dukungan dari lingkungan sosial memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik meskipun menghadapi tekanan ekonomi dan birokrasi. (Budiman et al., 2022) menunjukkan bahwa kesehatan berbasis komunitas memberikan perbaikan terhadap kesehatan mental petani, sehingga menegaskan pentingnya dukungan dari tenaga kesehatan dan komunitas dalam membantu petani menghadapi tekanan psikologis. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya psikososial yang mampu memperkuat kemampuan petani dalam menghadapi berbagai tantangan pekerjaan. Meskipun seluruh penelitian mengakui pentingnya dukungan sosial, terdapat perbedaan bentuk dukungan yang dominan pada setiap negara. Penelitian di Amerika Serikat lebih menekankan pentingnya hubungan dengan komunitas dan akses terhadap layanan kesehatan mental, sedangkan penelitian di Austria menunjukkan bahwa dukungan kelembagaan dan kebijakan pemerintah memiliki kontribusi yang lebih besar dalam mengurangi tekanan psikologis petani. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa efektivitas dukungan sosial dipengaruhi oleh karakteristik sistem sosial dan pelayanan kesehatan di masing-masing negara. Namun demikian, seluruh penelitian memiliki kesamaan bahwa keterhubungan sosial merupakan faktor yang berperan dalam mempertahankan kesehatan mental petani. Selain dukungan sosial, dukungan keluarga juga menjadi faktor protektif yang penting. (Mora-guerrero et al., 2025) menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran dalam memberikan dukungan emosional, membantu pembagian beban kerja, serta meningkatkan motivasi petani dalam menghadapi tekanan pekerjaan. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa keluarga berperan sebagai tempat utama bagi petani untuk berbagi pengalaman dan memperoleh penguatan psikologis ketika menghadapi masalah

pertanian. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Deegan & Dunne, 2022a) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan secara signifikan dengan penurunan stres akibat tekanan finansial maupun pekerjaan sebagai petani. Temuan ini menunjukkan bahwa keluarga tidak hanya berfungsi sebagai sistem pendukung emosional, tetapi juga sebagai sumber daya praktis yang membantu mengurangi beban kerja sehari-hari. Namun demikian, hasil sintesis juga menunjukkan bahwa peran keluarga tidak selalu memberikan dampak yang sama pada setiap kelompok petani. Pada perempuan petani, keluarga dapat menjadi faktor protektif apabila terdapat pembagian peran yang seimbang. Sebaliknya, apabila perempuan harus menjalankan peran produktif di sektor pertanian sekaligus bertanggung jawab terhadap pekerjaan domestik, maka keluarga justru dapat menjadi sumber tekanan tambahan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa efektivitas dukungan keluarga sangat dipengaruhi oleh dinamika hubungan keluarga dan pembagian peran dalam rumah tangga. Resiliensi merupakan faktor protektif lain yang ditemukan dalam beberapa artikel. Petani dengan tingkat resiliensi yang baik cenderung mampu mempertahankan kondisi psikologis yang stabil meskipun menghadapi tekanan ekonomi, perubahan iklim, maupun ketidakpastian hasil panen. (Prakoso et al., 2025) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kapasitas penting yang memungkinkan petani beradaptasi terhadap perubahan iklim sehingga mampu menghadapi ketidakpastian musim tanam dan resiko produksi secara lebih baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi membantu individu untuk memandang permasalahan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga mengurangi kemungkinan berkembangnya stres menjadi gangguan psikologis yang lebih berat. Temuan ini memperlihatkan bahwa resiliensi berperan sebagai mekanisme internal yang memperkuat kemampuan petani dalam menghadapi perubahan lingkungan dan tekanan pekerjaan.

Selain resiliensi, strategi koping adaptif juga ditemukan sebagai faktor protektif yang penting. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa petani yang menggunakan strategi pemecahan masalah (*problem-focused coping*), mencari dukungan sosial, serta melakukan pengelolaan emosi secara positif memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan petani yang menggunakan strategi koping maladaptif, seperti menarik diri dari lingkungan sosial atau menghindari penyelesaian masalah. (Fadhilla et al., 2025) menjelaskan bahwa petani yang mengalami gagal panen menggunakan berbagai mekanisme koping, seperti *problem-focused coping*, teknik relaksasi, aktivitas yang disukai, doa, dan pencarian dukungan sosial untuk

mengendalikan emosi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan memilih strategi koping yang tepat berkontribusi terhadap kemampuan petani dalam mempertahankan kesehatan mental ketika menghadapi berbagai stresor pekerjaan. Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa akses terhadap pelayanan kesehatan mental dan program promosi kesehatan menjadi faktor protektif yang semakin mendapat perhatian dalam penelitian terbaru. Beberapa artikel melaporkan bahwa petani yang memiliki akses terhadap konseling, edukasi kesehatan mental, maupun program pendampingan psikososial menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres. Namun, ketersediaan layanan tersebut masih belum merata, terutama pada wilayah pedesaan dan daerah dengan keterbatasan fasilitas kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor protektif tidak hanya berasal dari individu, tetapi juga dipengaruhi oleh sistem pelayanan kesehatan dan dukungan institusi.

Secara keseluruhan, pembahasan menunjukkan bahwa faktor protektif terhadap stres kerja pada petani terdiri atas kombinasi faktor individu, keluarga, komunitas, dan institusi. Dukungan sosial menjadi faktor protektif yang paling konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian, diikuti oleh dukungan keluarga, resiliensi, strategi koping adaptif, serta akses terhadap pelayanan kesehatan mental. Temuan tersebut menegaskan bahwa upaya pencegahan stres kerja tidak cukup difokuskan pada pengurangan faktor risiko, tetapi juga harus diarahkan pada penguatan sumber daya yang dimiliki petani. Oleh karena itu, pengembangan program kesehatan mental berbasis komunitas, pemberdayaan keluarga petani, peningkatan akses terhadap layanan psikososial, serta penguatan kapasitas koping merupakan strategi yang berpotensi meningkatkan ketahanan psikologis petani dalam menghadapi berbagai tekanan pekerjaan. Meskipun sebagian besar penelitian telah mengidentifikasi berbagai faktor protektif, hasil sintesis menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian. Sebagian besar artikel hanya menjelaskan hubungan antara faktor protektif dan tingkat stres tanpa mengevaluasi efektivitas intervensi yang dirancang untuk memperkuat faktor-faktor tersebut. Selain itu, penelitian mengenai pengembangan program promotif dan preventif berbasis komunitas, khususnya di negara berkembang, masih relatif terbatas. Kondisi ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas intervensi yang mampu memperkuat resiliensi, dukungan sosial, dan kapasitas koping petani dalam jangka panjang.

5.3. Dampak stres Kerja pada Petani

Stres kerja pada petani berdampak terhadap kesehatan mental, kesehatan fisik, kehidupan sosial, produktivitas kerja, dan kesejahteraan. Dampak yang dilaporkan meliputi depresi, kecemasan, burnout, gangguan tidur, kelelahan emosional, nyeri muskuloskeletal, konflik keluarga, penurunan konsentrasi, meningkatnya kesalahan kerja, penurunan produktivitas, dan meningkatnya risiko kecelakaan kerja. Berdasarkan hasil sintesis terhadap sepuluh artikel penelitian, diketahui bahwa stres kerja pada petani memberikan dampak yang luas terhadap kesehatan fisik, kesehatan mental, fungsi sosial, kualitas hidup, serta produktivitas kerja. Meskipun setiap penelitian memiliki fokus yang berbeda, seluruh artikel menunjukkan bahwa stres kerja yang berlangsung secara terus-menerus tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, tetapi juga berdampak pada kemampuan petani dalam menjalankan aktivitas pertanian dan mempertahankan keberlanjutan usaha taninya.

Temuan ini menunjukkan bahwa dampak stres kerja pada petani bersifat multidimensional dan saling berkaitan, sehingga tidak dapat dipisahkan antara aspek kesehatan, sosial, dan ekonomi. Dampak yang paling banyak dilaporkan dalam hasil sintesis adalah gangguan kesehatan mental, terutama meningkatnya gejala depresi, kecemasan (*anxiety*), dan tekanan psikologis (*psychological distress*). (Rudolphi et al., 2024) menunjukkan bahwa paparan berbagai stresor pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus berhubungan dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada petani, terutama pada kelompok yang mengalami keterbatasan dukungan sosial dan tekanan ekonomi yang tinggi. Hasil tersebut diperkuat oleh (Humer et al., 2026) yang melaporkan bahwa petani dengan tingkat stres tinggi memiliki kecenderungan lebih besar mengalami gangguan psikologis dibandingkan petani dengan tingkat stres yang lebih rendah.

Hasil penelitian (Harishoh et al., 2024) menunjukkan bahwa stres kerja pada petani berdampak terhadap menurunnya kesejahteraan psikologis, meningkatnya kecemasan serta kesulitan berkonsentrasi dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Temuan Persamaan temuan tersebut menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental merupakan konsekuensi yang paling konsisten dari stres kerja pada petani. Menariknya, meskipun karakteristik responden dan sistem pertanian berbeda pada setiap negara, pola hubungan antara stres kerja dan gangguan psikologis tetap ditemukan secara konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa kesehatan mental merupakan aspek yang paling rentan terdampak ketika petani menghadapi paparan stresor

dalam jangka waktu yang panjang. Dengan demikian, peningkatan tekanan kerja tidak hanya berdampak pada kondisi emosional sesaat, tetapi dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang memerlukan penanganan lebih lanjut apabila tidak dilakukan intervensi sejak dini. Selain gangguan kesehatan mental, burnout juga menjadi dampak penting yang ditemukan dalam beberapa penelitian. (Connor et al., 2024) melaporkan bahwa tingginya tuntutan pekerjaan dan lamanya jam kerja berhubungan dengan meningkatnya kelelahan emosional, penurunan motivasi kerja, serta gangguan kualitas tidur. (Jones et al., 2024) juga menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan yang berlangsung secara kronis menyebabkan penurunan fungsi personal, interpersonal, dan profesional petani. Temuan ini didukung oleh penelitian (Kallioniemi et al., 2022) menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan yang tinggi, keterbatasan sumber daya, dan isolasi sosial meningkatkan resiko burnout pada petani.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa burnout bukan hanya merupakan bentuk kelelahan fisik akibat pekerjaan berat, tetapi juga mencerminkan penurunan kemampuan psikologis petani dalam menghadapi tuntutan pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus. Burnout berpotensi menurunkan motivasi kerja, mengurangi kemampuan mengambil keputusan, serta meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dalam proses budidaya maupun pengelolaan usaha tani. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa dampak stres kerja tidak berhenti pada aspek kesehatan, tetapi juga berpengaruh terhadap kualitas pekerjaan yang dilakukan petani. Gangguan kualitas tidur juga merupakan dampak yang banyak dilaporkan dalam penelitian. (Connor et al., 2024) menemukan bahwa petani dengan tingkat stres yang tinggi cenderung mengalami kesulitan tidur, kualitas tidur yang buruk, dan rasa lelah berkepanjangan. Gangguan tidur tersebut selanjutnya menyebabkan penurunan konsentrasi, berkurangnya kemampuan berpikir jernih, serta meningkatnya kelelahan pada saat bekerja.

Temuan ini diperkuat dengan hasil penelitian (Zhou et al., 2026) bahwa kondisi kerja yang penuh tekanan di sektor pertanian tidak hanya berdampak pada kesehatan kerja, tetapi juga kualitas tidur petani. Paparan panas yang tinggi berhubungan dengan meningkatnya prevalensi tidur singkat (short sleep) dan kantuk pada siang hari, yang menunjukkan terganggunya kualitas tidur dan berpotensi menyebabkan kelelahan berkepanjangan apabila berlangsung secara terus-menerus. Dengan demikian, kualitas tidur menjadi salah satu indikator penting yang menggambarkan dampak fisiologis dari stres kerja pada petani. Apabila dianalisis lebih lanjut, gangguan kesehatan mental, burnout, dan gangguan tidur membentuk suatu hubungan yang

saling memperkuat. Tingginya tingkat stres menyebabkan gangguan tidur dan kelelahan emosional, sedangkan kondisi tersebut akan menurunkan kemampuan petani dalam menyelesaikan pekerjaan sehingga meningkatkan tekanan kerja pada hari-hari berikutnya. Siklus tersebut menunjukkan bahwa dampak stres kerja bersifat progresif apabila tidak segera diatasi melalui intervensi yang tepat. Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa stres kerja berdampak terhadap hubungan sosial dan kualitas hidup petani. (Rudolphi et al., 2024) melaporkan bahwa petani yang mengalami stres tinggi cenderung menarik diri dari lingkungan sosial dan mengalami penurunan interaksi dengan keluarga maupun komunitas. Kondisi tersebut menyebabkan berkurangnya dukungan sosial yang seharusnya dapat membantu petani menghadapi tekanan pekerjaan. Di sisi lain, (Mora-guerrero et al., 2025) menemukan bahwa konflik antara pekerjaan dan kehidupan keluarga pada perempuan petani menyebabkan terganggunya keseimbangan antara peran produktif dan peran domestik, sehingga berdampak pada kualitas hidup dan kesejahteraan keluarga. (Deegan & Dunne, 2022) melaporkan bahwa petani yang memperoleh dukungan sosial dari keluarga, teman, dan organisasi pertanian memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Perbedaan konteks penelitian menunjukkan bahwa bentuk dampak sosial dipengaruhi oleh karakteristik budaya dan struktur keluarga pada masing-masing negara. Namun demikian, seluruh penelitian memiliki kesamaan bahwa stres kerja menyebabkan penurunan kualitas hubungan interpersonal, baik dalam lingkungan keluarga maupun komunitas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dampak stres kerja tidak hanya dirasakan oleh individu petani, tetapi juga memengaruhi sistem sosial di sekitarnya. Dampak berikutnya yang ditemukan adalah menurunnya produktivitas dan keberlanjutan usaha tani. Beberapa artikel menjelaskan bahwa tekanan psikologis yang tinggi menyebabkan petani mengalami kesulitan berkonsentrasi, menurunnya kemampuan mengambil keputusan, berkurangnya motivasi bekerja, serta meningkatnya kemungkinan melakukan kesalahan dalam pengelolaan usaha tani. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat menurunkan produktivitas pertanian dan mengancam keberlangsungan usaha tani, terutama pada petani yang memiliki sumber daya ekonomi terbatas. Gangguan kesehatan mental merupakan dampak yang paling konsisten ditemukan dalam berbagai penelitian, kemudian diikuti oleh burnout, gangguan kualitas tidur, penurunan kualitas hidup, terganggunya hubungan sosial, serta menurunnya produktivitas kerja. Temuan ini menunjukkan bahwa stres kerja pada petani merupakan masalah kesehatan masyarakat yang

memiliki konsekuensi luas terhadap individu, keluarga, maupun sektor pertanian. Oleh karena itu, upaya penanganan stres kerja perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif agar dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan kesejahteraan petani dapat diminimalkan. Meskipun berbagai dampak stres kerja telah banyak dilaporkan, hasil sintesis menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian. Sebagian besar artikel hanya mengevaluasi dampak psikologis dan belum banyak mengkaji konsekuensi jangka panjang terhadap produktivitas pertanian, kualitas hidup keluarga petani, maupun keberlanjutan sistem pertanian. Selain itu, penelitian yang mengevaluasi efektivitas intervensi dalam mengurangi dampak stres kerja masih relatif terbatas, sehingga belum dapat diketahui strategi mana yang paling efektif untuk diterapkan pada berbagai karakteristik petani dan wilayah pertanian. Berdasarkan pembahasan tersebut dapat dipahami bahwa dampak stres kerja pada petani memiliki konsekuensi yang kompleks dan saling berkaitan.

5.4. Strategi Penanganan Stres Kerja pada Petani

Strategi penanganan dan pencegahan stres kerja pada petani memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan individu, keluarga, komunitas, institusi, dan pemerintah. Strategi yang direkomendasikan meliputi penguatan coping adaptif, pemanfaatan dukungan sosial, edukasi kesehatan mental, konseling, penguatan kelompok tani, serta kebijakan yang mendukung perlindungan ekonomi petani, stabilisasi harga komoditas, penyuluhan, dan perluasan akses layanan kesehatan mental. Berdasarkan hasil sintesis terhadap sepuluh artikel penelitian, ditemukan bahwa strategi penanganan stres kerja pada petani tidak dapat dilakukan melalui satu pendekatan saja, melainkan memerlukan intervensi yang bersifat multidimensional dan melibatkan individu, keluarga, komunitas, tenaga kesehatan, serta pemerintah. Hal tersebut disebabkan karena faktor penyebab stres kerja pada petani berasal dari berbagai aspek yang saling berinteraksi, seperti tekanan ekonomi, perubahan iklim, tingginya beban kerja, birokrasi pertanian, dan keterbatasan dukungan sosial. Oleh karena itu, strategi penanganan yang efektif tidak hanya berorientasi pada pengurangan gejala stres, tetapi juga harus mampu memperkuat faktor protektif sekaligus mengurangi paparan terhadap faktor risiko.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa penguatan dukungan sosial merupakan strategi yang paling banyak direkomendasikan dalam berbagai penelitian. (Rudolphi et al., 2024)

menjelaskan bahwa keberadaan keluarga, teman, komunitas petani, serta tenaga kesehatan berperan penting dalam membantu petani menghadapi tekanan pekerjaan. Dukungan sosial tidak hanya memberikan bantuan emosional, tetapi juga menjadi sarana berbagi pengalaman, memperoleh informasi, dan menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Penelitian (Humer et al., 2026) juga menunjukkan bahwa petani yang memiliki hubungan sosial yang baik cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan petani yang mengalami isolasi sosial. Temuan ini didukung oleh (Prayitno et al., 2022) yang menunjukkan bahwa hubungan sosial yang kuat di dalam komunitas petani menciptakan modal sosial berupa kepercayaan, jaringan, dan partisipasi aktif yang membantu petani memperoleh informasi, meningkatkan kolaborasi, serta mendukung pengambilan keputusan dalam pengelolaan usaha tani.

Meskipun seluruh penelitian sepakat mengenai pentingnya dukungan sosial, bentuk implementasinya berbeda pada setiap negara. Di Amerika Serikat dan Kanada, dukungan lebih banyak dikembangkan melalui kelompok pendampingan (*peer support*), layanan konseling, dan organisasi masyarakat yang bergerak di bidang kesehatan mental petani. Sementara itu, penelitian di Austria menekankan pentingnya keterlibatan pemerintah dan organisasi pertanian dalam menyediakan sistem pendampingan yang berkelanjutan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa strategi penanganan perlu disesuaikan dengan karakteristik sistem kesehatan dan struktur sosial pada masing-masing negara. Namun demikian, keseluruhan temuan memiliki kesamaan bahwa penguatan jejaring sosial merupakan komponen penting dalam menurunkan dampak stres kerja.

Selain dukungan sosial, peningkatan kemampuan koping dan resiliensi juga menjadi strategi yang banyak direkomendasikan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa petani yang mampu mengembangkan strategi koping adaptif lebih mampu menghadapi tekanan ekonomi maupun perubahan lingkungan dibandingkan petani yang menggunakan strategi koping maladaptif. Strategi seperti pemecahan masalah secara aktif, pengelolaan emosi, mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan, serta mempertahankan pola pikir yang positif berkontribusi dalam mengurangi tingkat stres dan mencegah berkembangnya gangguan kesehatan mental. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penguatan kapasitas individu merupakan bagian penting dalam penanganan stres kerja karena memungkinkan petani menghadapi berbagai tekanan secara lebih efektif. Penelitian yang dianalisis juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mental

merupakan strategi preventif yang semakin banyak direkomendasikan. Beberapa artikel menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan mengenai tanda dan gejala stres, cara mengenali masalah kesehatan mental sejak dini, serta teknik pengelolaan stres mampu meningkatkan kesadaran petani untuk mencari bantuan profesional ketika diperlukan. Edukasi kesehatan mental juga berkontribusi dalam mengurangi stigma terhadap gangguan psikologis yang masih sering ditemukan pada masyarakat pertanian, sehingga petani lebih terbuka untuk memanfaatkan layanan kesehatan mental yang tersedia. Strategi berikutnya adalah peningkatan akses terhadap pelayanan kesehatan mental. Hasil sintesis menunjukkan bahwa sebagian besar petani masih menghadapi hambatan dalam memperoleh layanan psikologis, terutama karena keterbatasan fasilitas kesehatan di wilayah pedesaan, jarak pelayanan yang jauh, serta stigma terhadap gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, beberapa penelitian merekomendasikan pengembangan layanan kesehatan mental berbasis komunitas, konseling jarak jauh (*telehealth*), serta integrasi skrining kesehatan mental ke dalam pelayanan kesehatan primer. Strategi tersebut dinilai mampu meningkatkan akses petani terhadap layanan kesehatan sekaligus mempercepat deteksi dini terhadap masalah kesehatan mental.

Selain intervensi pada tingkat individu, hasil sintesis menunjukkan bahwa pendekatan struktural memiliki peran yang tidak kalah penting. (Humer et al., 2026) dan (Schaffler et al., 2026) menegaskan bahwa kebijakan pertanian yang lebih sederhana, pengurangan beban administrasi, peningkatan perlindungan ekonomi, serta penyediaan program pendampingan bagi petani merupakan strategi yang dapat menurunkan tekanan psikologis secara lebih berkelanjutan. Temuan ini menunjukkan bahwa penanganan stres kerja tidak dapat sepenuhnya dibebankan kepada kemampuan individu dalam beradaptasi, tetapi juga memerlukan perubahan pada sistem yang menjadi sumber munculnya stresor. Apabila dibandingkan dengan pembahasan pada subbab sebelumnya, terlihat bahwa strategi penanganan memiliki hubungan yang erat dengan faktor risiko, faktor protektif, dan dampak stres kerja. Hasil sintesis juga menunjukkan bahwa belum terdapat satu strategi yang mampu mengatasi seluruh permasalahan stres kerja pada petani secara mandiri. Efektivitas suatu intervensi sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi, karakteristik budaya, sistem pelayanan kesehatan, serta kebijakan pertanian pada masing-masing negara. Oleh karena itu, pendekatan yang bersifat kolaboratif menjadi strategi yang paling sesuai. Kolaborasi antara petani, keluarga, tenaga kesehatan, penyuluh pertanian, organisasi masyarakat, dan pemerintah diperlukan agar intervensi yang

diberikan mampu menjawab berbagai faktor penyebab stres secara komprehensif. Dalam konteks praktik keperawatan, hasil sintesis memberikan implikasi bahwa perawat memiliki peran penting dalam pengelolaan stres kerja pada petani. Perawat tidak hanya berperan dalam memberikan asuhan kepada individu yang telah mengalami gangguan kesehatan mental, tetapi juga berkontribusi dalam upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan mental, skrining dini terhadap gejala stres, konseling dasar, pemberdayaan keluarga, pembentukan kelompok dukungan masyarakat, serta kolaborasi dengan penyuluh pertanian dan pemerintah daerah. Pendekatan tersebut sejalan dengan peran keperawatan komunitas yang berorientasi pada peningkatan kemampuan masyarakat dalam mempertahankan kesehatannya secara mandiri.

Secara keseluruhan, pembahasan menunjukkan bahwa strategi penanganan stres kerja pada petani harus dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan. Penguatan dukungan sosial, peningkatan resiliensi dan strategi koping adaptif, edukasi kesehatan mental, perluasan akses pelayanan kesehatan, serta dukungan kebijakan pertanian merupakan strategi yang paling banyak direkomendasikan dalam berbagai penelitian. Strategi-strategi tersebut tidak berdiri sendiri, tetapi saling melengkapi dalam mengurangi faktor risiko, memperkuat faktor protektif, dan meminimalkan dampak stres kerja terhadap kesehatan maupun produktivitas petani. Dengan demikian, penanganan stres kerja pada petani memerlukan keterlibatan berbagai sektor agar tercipta lingkungan pertanian yang lebih sehat, produktif, dan berkelanjutan. Meskipun demikian, hasil sintesis juga menunjukkan adanya kesenjangan penelitian mengenai efektivitas berbagai strategi intervensi. Sebagian besar artikel masih bersifat observasional dan berfokus pada identifikasi masalah, sedangkan penelitian eksperimental yang mengevaluasi efektivitas program intervensi kesehatan mental bagi petani masih relatif terbatas. Selain itu, bukti ilmiah mengenai implementasi program berbasis komunitas di negara berkembang, termasuk Indonesia, masih sangat sedikit. Kondisi ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan dan mengevaluasi model intervensi yang sesuai dengan karakteristik sosial, budaya, dan sistem pertanian di masing-masing wilayah.

BAB 6. PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Faktor resiko stres kerja pada petani terdiri atas tekanan ekonomi, perubahan iklim, tingginya beban kerja, birokrasi dan kebijakan pertanian, isolasi sosial, serta karakteristik individu seperti usia dan jenis kelamin.

Faktor protektif terhadap stres kerja pada petani meliputi dukungan sosial, dukungan keluarga, resiliensi, strategi koping adaptif, akses terhadap pelayanan kesehatan mental, serta dukungan komunitas dan institusi.

Dampak stres kerja pada petani tidak hanya memengaruhi kesehatan mental berupa depresi, kecemasan, burnout, dan psychological distress, tetapi juga berdampak terhadap gangguan kualitas tidur, penurunan kualitas hidup, terganggunya hubungan sosial, menurunnya produktivitas kerja, serta keberlanjutan usaha tani.

Strategi penanganan stres kerja pada petani memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui penguatan dukungan sosial, peningkatan resiliensi dan strategi koping adaptif, edukasi kesehatan mental, perluasan akses terhadap pelayanan kesehatan mental, serta kebijakan pertanian yang mampu mengurangi tekanan ekonomi dan administratif. Penanganan stres kerja tidak cukup dilakukan pada tingkat individu, tetapi memerlukan kolaborasi antara petani, tenaga kesehatan, pemerintah, organisasi pertanian, dan masyarakat.

6.2. Saran

6.2.1. Bagi Petani

Petani diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian dari kesehatan kerja. Menghadapi tekanan pekerjaan dengan menerapkan strategi koping yang adaptif, menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan waktu istirahat, serta tidak ragu mencari bantuan kepada tenaga kesehatan apabila mengalami gejala stress yang berkepanjangan.

6.2.2. Bagi Pemerintah dan pemangku kebijakan

Pemerintah dan pemangku kebijakan diharapkan dapat mengembangkan kebijakan yang mendukung kesehatan mental petani melalui penguatan perlindungan sosial, stabilisasi harga komoditas pertanian, penyederhanaan birokrasi pertanian, serta peningkatan akses terhadap pelayanan kesehatan mental di wilayah pedesaan.

6.2.3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan tidak hanya berfokus pada identifikasi faktor risiko stres kerja, tetapi juga mengevaluasi efektivitas berbagai intervensi dalam menurunkan tingkat stres pada petani.

6.2.4. Bagi Pengembang Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya keperawatan komunitas dan keperawatan jiwa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreansyah, A., Septi, D., Afifah, N., & Puspasari, R. (2025). SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW : TREN PENELITIAN PENGEMBANGAN ASESMEN DIAGNOSTIK DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA TAHUN 2017 – 2025. *ResearchGate*, 11, 361–376. <https://doi.org/https://doi.org/10.30605/eprszk13>
- Antika, R., & Galuh, nita prameswari. (2023). Hubungan Masa Kerja, Usia, Status Gizi, Kecukupan Energi, Kebiasaan merokok dengan Kelelahan Kerja pada Petani Padi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 3(1), 127–136. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijphn.v3i1.5391>
- Ariani, D., Isnaeni, W., Rusilowati, A., & Sukaesih, S. (2025). Systematic Literature Reviews Tren Penelitian Literasi Sains Siswa SMA Berorientasi PISA di Indonesia Periode 2016-2025. *Jurnal Pendidikan MIPA*, 15(2019), 1771–1782. <https://doi.org/https://doi.org/10.37630/jpm.v15i4.3683>
- Batterham, P. J., Brown, K., Caele, A. L., Lindenmayer, D., Hingee, K., & Poyser, C. (2022). The FarmWell study : Examining relationships between farm environment , financial status and the mental health and wellbeing of farmers. *Psychiatry Research Communications*, 2(2), 100036. <https://doi.org/10.1016/j.psycom.2022.100036>
- Budiman, M. E. A., Yuhbaba, Z. N., Silvanasari, I. A., & Sholihah, W. (2022). The Effectiveness Of Community Mental Health Counseling On The Mental Health Of Farmers During The Covid-19 Pandemic. *Jurnal EduHealth*, 13(02), 678–683. https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/healt/article/view/709?utm_source=chatgpt.com
- Chen, H., Zhang, L., Foust, J., Leveille, S. G., Derboghossian, G., Tapalyan, S. M., & Benjamin, E. (2026). Frontline Nurses ' Coping Practices and Career Impacts in Highly Infectious Environments : A Roy Adaptation Model Perspective. *Sage Journal*, 2. <https://doi.org/10.1177/23779608251385729>
- Connor, O., Donnla, A., Hagan, O., Malone, S. M., Shaughnessy, B. R. O., Mcnamara, J., & Firnhaber, J. (2024). Sleep issues and burnout in Irish farmers : A cross sectional survey. *Elsevier*, 171(November 2023), 106377. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2023.106377>
- Dedrick, S., & Hood, D. (2024). A multidimensional tool to measure farm stressors :

- development and initial validation of the farmer stress assessment tool (FSAT). *BMC Psychology*, 12, 1–13. https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-024-01929-w?utm_source=chatgpt.com
- Deegan, A., & Dunne, S. (2022a). *An investigation into the relationship between social support , stress , and psychological well - being in farmers. September 2021*, 3054–3069. <https://doi.org/10.1002/jcop.22814>
- Deegan, A., & Dunne, S. (2022b). An investigation into the relationship between social support , stress , and psychological well - being in farmers. *PMC, September 2021*, 3054–3069. <https://doi.org/10.1002/jcop.22814>
- Fadhilla, A. A., Salsabila, Y. N., & Susanti, N. I. (2025). Coping Strategies in Overcoming Stress in Farmers After Crop Failure. *International Journal of Health Sciences (IHSJ)*, 2(3). https://ihsjournal.id/index.php/go/article/view/77?utm_source=chatgpt.com
- Fazhil, M., Ikhsan, A., & Aramico, B. (2023). PENGOLAHAN DI PABRIK KELAPA SAWIT PT X KABUPATEN NAGAN RAYA TAHUN 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 214–219.
- Hagen, B. N. M., Albright, A., Sargeant, J., Winder, C. B., Id, S. L. H., Sullivan, T. L. O., & Jones-bitton, A. (2019). Research trends in farmers ’ mental health : A scoping review of mental health outcomes and interventions among farming populations worldwide. *PubMed*, 1–20.
- Handayani, R. (2025). Kepuasan Kerja sebagai Cermin Peran Ganda dan Stres Pendapatan Keluarga di Kabupaten Tapanuli Utara. *JoTEC (Journal of Tropical Estate Crops)*, 2(2), 104–117. <https://doi.org/10.31289/jotec.v2i2.14376>
- Harishoh, L. W., Misselvy, B., Modest, L., Liandini, S. A., & Hadi, E. (2024). Family Social Support Can Reduce Work Stress In Farmers. *Health Acces Journal*, 01(03), 78–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.31290/haj.v1i3.4888>
- Hosseini, M. (2024). Journal of Medicine , Surgery , and Public Health Formulating research questions for evidence-based studies. *Journal of Medicine, Surgery, and Public Health*, 2(December 2023), 100046. <https://doi.org/10.1016/j.glmedi.2023.100046>
- Humer, E., Schaffler, Y., Mracnay, B., Luttenberger, K., Pieh, C., & Neubauer, V. (2026). Understanding stress factors in farming : A nationwide survey on occupational strain and mental health among Austrian farmers. *Journal of Rural Studies*, 124(April), 104163.

- <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2026.104163>
- Irawati, ice, Lili, A., & Trisna, D. (2023). Hubungan Karakteristik Pekerja dan Beban kerja mental terhadap Stres kerja pada Pekerja Konstruksi di Pt.X Kota Batam tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Ibnu Sina*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.3652/J-KIS.v4i01.520>
- Janji, E. E., Rizzal, A. F., Keperawatan, J., & Kesehatan, F. I. (2025). KESEHATAN MENTAL PADA KELOMPOK PETANI DI DESA NGADIRESO KECAMATAN PONCOKUSUMO. *Jurnal Penellitian Keperawatan Kontemporer*, 5(mental health), 3–4. <https://doi.org/https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i5.1198>
- Jones, A. Q., Sawatzky, A., Thompson, R., & Hagen, B. N. M. (2024). Poor mental health negatively impacts farmers personally , interpersonally , cognitively , and professionally. *FACETS*, 9, 1–16. <https://doi.org/dx.doi.org/10.1139/facets-2023-0230>
- Kallioniemi, M. K., Kaseva, J., Kyamalainen, H., & Hakanen, J. J. (2022). Well-being at work and Finnish dairy farmers — from job demands and loneliness towards burnout. *Frontiers*, 13(November), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.976456>
- Khadijah, S., & Susilawati. (2024). Penerapan Perilaku Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Pada Petani. *Research Gate*, 2, 173–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.69693/ijim.v2i2.124>
- Kurniawan, E. H., Pratiwi, D. S., Kurniasari, A., Sonya, K. P., Maulidia, K., Rosyidi, K., Nur, M., & Kurniawan, D. E. (2024). Stress Management on Farmers in Agricultural Areas. *(NHSJ) Nursing and Health Sciences Journal*, 4(1), 96–102. <https://doi.org/https://doi.org/10.53713/nhsj.v4i1.333>
- Latief, ade wira lisrianti, Bahar, sri novianti, Maharaja, R., Rostati, & Irsyad, M. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 146–154. <https://doi.org/https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.240>
- Listiyani, M., Salsabilla, N. A., Ramdhani, A. O., Putri, A. W., Cahya, R. A., Putri, S. A., Gumilang, C. P., Nirmala, L. C., & Prananta, S. (2025). Analisis Tingkat Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Asuhan Keperawatan di Praktik Klinik. *Journal Nursing Reseach Publication*, 4, 58–65. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v4i2.162>
- Mack, G., Ritzel, C., Ammann, J., Heitkämper, K., & El, N. (2025). Data on the administrative workload and perceived administrative burden of farmers in Switzerland. *Elsevier*, 58. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2024.111186>

- Marson, B., & Bruce, R. (2026). Gender and Stress: Challenges Faced by Women Principal Operators in Agriculture in the United States. *Journal of International Women's Studies*, 28, 1–18. <https://doi.org/https://vc.bridgew.edu/jiws/vol28/iss2/8>
- Michelle, G. U., Brennan, A., Freeman, B. J., Mandujano, E., Morano, E., Keiser, D., & McMoran, D. (2025). Agricultural Workers ' Perspectives on Stressors , Stress Management Topics and Support Options : A Case Study from the Western U . S . *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22, 1–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph22081180>
- Mora-guerrero, G., Herrera-gonzález, F., Alveal-álamos, C., Constanzo-belmar, J., Marileo, L., Macadoo, A., & Viscardi, S. (2025). How Stressors and Facilitators of Work – Family Dynamics Interrelate and Affect Psychological Outcomes in Farming Women : A Mixed-Methods Approach in Chile. *Healthcare*, 30, 1–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/healthcare13141760>
- Mulianingrum, S., Dewi, E. I., & Kurniyawan, E. H. (2022). Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Karet di PTPN XII Kebun Renteng-Ajung Jember (Correlation between Job Stress and Work Fatigue of Rubber Farmers at PTPN XII Renteng Plantation-Ajung , Jember). *Journal Pustaka Kesehatan*, 10(2).
- Page, M. J., Mckenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-wilson, E., Mcdonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement : an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMC Journal*, 10, 1–11. https://link.springer.com/article/10.1186/s13643-021-01626-4?utm_source=chatgpt.com
- Prakoso, O. A., Mulyani, A., Christiany, S., & Situmorang, D. U. B. (2025). Analisis Faktor Penyebab Resiliensi Petani padi Menghadapi Perubahan Iklim di Desa Krendetan Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo. *J-Sea (Journal Socio Economic Agricultural)*, 20(1), 245–255. <https://doi.org/https://doi.org/10.52850/jsea.v20i1.19551>
- Pratiwi, A., Mardiana, N., & Fitri, N. (2025). TINGKAT STRES MAHASISWA PROFESIONERS INSTITUT CITRA INTERNASIONAL TAHUN 2024. *Jural Kesehatan Tambusai*, 6, 2238–2246. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/41491?utm_source=chat

gpt.com

- Pratiwi, K. E., & Moeis, J. P. (2022). Dampak Kepemilikan Lahan Pertanian Terhadap Subjective Wellbeing Petani di Indonesia The Impact of Agricultural Land Ownership on The Subjective Wellbeing of Farmers in Indonesia. *Jurnal Ekonomi Dan Pembangunan(JEP)*, 30(2), 2–12. <https://doi.org/10.14203/JEP.30.2.2022.157-172>
- Prayitno, G., Hayat, A., Efendi, A., Tarno, H., & Fauziah, S. H. (2022). Structural Model of Social Capital and Quality of Life of Farmers in Supporting Sustainable Agriculture (Evidence : Sedayulawas Village , Lamongan Regency-Indonesia). *MDPI*, 14(19). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su141912487>
- Putra, A. dua. (2026). Pemanfaatan Search Engine dalam Mengoptimalkan Pencarian Informasi Digital. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/401229209_Pemanfaatan_Search_Engine_dalam_Mengoptimalkan_Pencarian_Informasi_Digital?utm_source=chatgpt.com
- Qomariyah, D., Rifai, A., & Kurniawan, D. E. (2023). STUDI LITERATUR : INTENSITAS NYERI PADA ORANG DENGAN HIV / AIDS. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 8(1), 30–39.
- Rahayu, R. S., & Wulandari, C. (2025). Aktivitas Antioksidan Daun Sirsak (*Annona muricata* L .): A Systematic Review. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research (JSSCR)*, 7, 6–17. <https://doi.org/https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jsscr/index>
- Reissig, L., Stoinescu, A., & Mack, G. (2023). Why farmers perceive the use of e-government services as an administrative burden : A conceptual framework on influencing factors. *Journal of Rural Studies*, 89(April 2021), 387–396. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2022.01.002>
- Riethmuller, M. L., Newnham, E. A., & Mcevoy, P. M. (2024). Social Science & Medicine Supporting mental health in farming communities where and when it is needed most : A longitudinal analysis of risk and protective factors. *Social Science & Medicine*, 361(September), 117381. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117381>
- Rio, L., Malau, E., Rambe, K. R., Ulya, N. A., Purba, A. G., Riset, P., Perilaku, E., Riset, B., Brin, N., Riset, P., Industri, E., Riset, B., & Brin, N. (2023). Impact Of Climate Change On Food Crop Production In Indonesia. *Jurnal Penelitian Pertanian Terapan*, 23(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25181/jppt.v23i1.2418>

- Rismayani, B., Rumaf, F., Tutu, C. G., Akbar, H., Karmasan, I., & Malanti, C. A. S. (2026). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Petani Perempuan di Kecamatan Passi Timur. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 5(2), 268–277.
<https://doi.org/https://doi.org/10.69677/avicenna.v5i2.344>
- Roessali, W., Mukson, M., Nurfadillah, S., Budiraharjo, K., Sciences, A., & Campus, T. (2022). Farmer's perceptions on risk and determinants of risk management strategy in integrated cattle and crops farming systems. *Journal of the Indonesian Tropical Animal Agriculture*, 47(164), 146–154. <https://doi.org/10.14710/jitaa.47.2>.
- Rudolphi, J. M., Cuthbertson, C., Kaur, A., & Sarol, J. (2024). A Comparison between Farm-Related Stress, Mental Health, and Social Support between Men and Women Farmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21, 648.
- Saju, S., Reddy, S. K., Bijjal, S., & Annapally, S. R. (2024). *Farmer's mental health and well-being : Qualitative findings on protective factors*. 15(2), 307–312.
<https://doi.org/10.25259/JNRP>
- Sari, N., & Resmiati, H. (2024). Konsep Kesehatan Mental Petani di Indonesia. *Research Gate*, 3(01), 509–519. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29300/istisyfa>
- Schaffler, Y., Fazekas, V., Neubauer, V., & Humer, E. (2026a). Identifying stressors and coping resources among Austrian farmers : A mixed-methods study for targeted prevention and health promotion. *Preventive Medicine Reports*, 66(February), 103475.
<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2026.103475>
- Schaffler, Y., Fazekas, V., Neubauer, V., & Humer, E. (2026b). Identifying stressors and coping resources among Austrian farmers : A mixed-methods study for targeted prevention and health promotion. *Preventive Medicine Reports*, 66(April), 103475.
<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2026.103475>
- Susanto, T., Purwandari, R., & Wuryaningsih, E. W. (2014). *MODEL KESEHATAN KESELAMATAN KERJA BERBASIS AGRICULTURAL NURSING : STUDI ANALISIS MASALAH KESEHATAN PETANI (Occupational Health Nursing Model-Based Agricultural Nursing : A Study Analyzes of Farmers Health Problem) Tantut Susanto *, Retno Purwandari **,.*
- Thompson, R., Hagen, B. N. M., & Jones-bitton, A. (2023). Tractors, Talk, Mindset, Mantras, Detachment, and Distraction : A Mixed-Methods Investigation of Coping Strategies Used

- by Farmers in Canada. *Sustainability*, 15.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su15118566>
- Thompson, R., Hagen, B. N. M., Lumley, M. N., Winder, C. B., Gohar, B., & Jones-bitton, A. (2023a). “ An Incredible Amount of Stress before You Even Put a Shovel in the Ground ”: A Mixed Methods Analysis of Farming Stressors in Canada. *MDPI Sustainability*, 15(8), 16. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/su15086336>
- Thompson, R., Hagen, B. N. M., Lumley, M. N., Winder, C. B., Gohar, B., & Jones-bitton, A. (2023b). “ *An Incredible Amount of Stress before You Even Put a Shovel in the Ground* ”: *A Mixed Methods Analysis of Farming Stressors in Canada*.
- Wardani, I. Y., Oktaviana, D. A., Nasution, R. A., Departement, N., Sciences, H., & Indonesia, U. (2022). Resilience and Emotional Intelligence Related to Workers ’ Stress Level in the Quarter Life Crisis. *Health Science Journal of Indonesia*, 13(2), 49–56.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22435/hsji.v13i2.6473>
- Widodo, L., Djaha, R. jonsmith, & Hidayat, M. (2025). FAKTOR RISIKO ERGONOMI DAN KESEHATAN KERJA PETANI PENGOLAH LAHAN PERTANIAN PADI BASAH. *Jurnal Mitra Teknik Industri*, 4(2), 95–105.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmti.v4i2.34951>
- Wijaya, M. R., Madinah, H., Saputra, J., Haikal, M. Z., Malini, H., Ritonga, U. S., Agribisnis, P. S., & Sriwijaya, U. (2025). Analisis permasalahan dan strategi peningkatan kesejahteraan petani di indonesia pada era perubahan iklim: literature review. *OPTIMA*, 9(2).
<https://jurnal.unitri.ac.id/index.php/Optima/article/view/7900/pdf>
- Wurarah, M. L., Artur, P., Kawatu, T., & Akili, R. H. (2020). Hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petani. *Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(April), 6–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.35801/ijphcm.1.2.2020.28661>
- Yazd, S. D., Wheeler, S. A., & Zuo, A. (2019). Key Risk Factors A ff ecting Farmers ’ Mental Health : A Systematic Review. *PubMed*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph16234849>
- Yesuf, S. M., Derseh, B. T., Girma, D., & Dejene, T. M. (2022). Work-related stress and associated factors among health professionals in zone 1, Afar region, Ethiopia. *Heliyon*, 8(12), e12167. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e12167>
- Younker, T., & Radunovich, H. L. (2022). Farmer Mental Health Interventions : A Systematic

Review. *PubMed*.

Zhou, W., Gaston, S. A., Ogbenna, B. T., Parks, C. G., Sandler, D. P., & Jackson, C. L. (2026). Heat stress in relation to sleep health among farmers : a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 26. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12889-026-26614-y>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Bimbingan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER

FAKULTAS KEPERAWATAN

Jalan Kalimantan 37 Kampus Tegal Boto-Jember 68121-Telp./Fax.(0331)323450

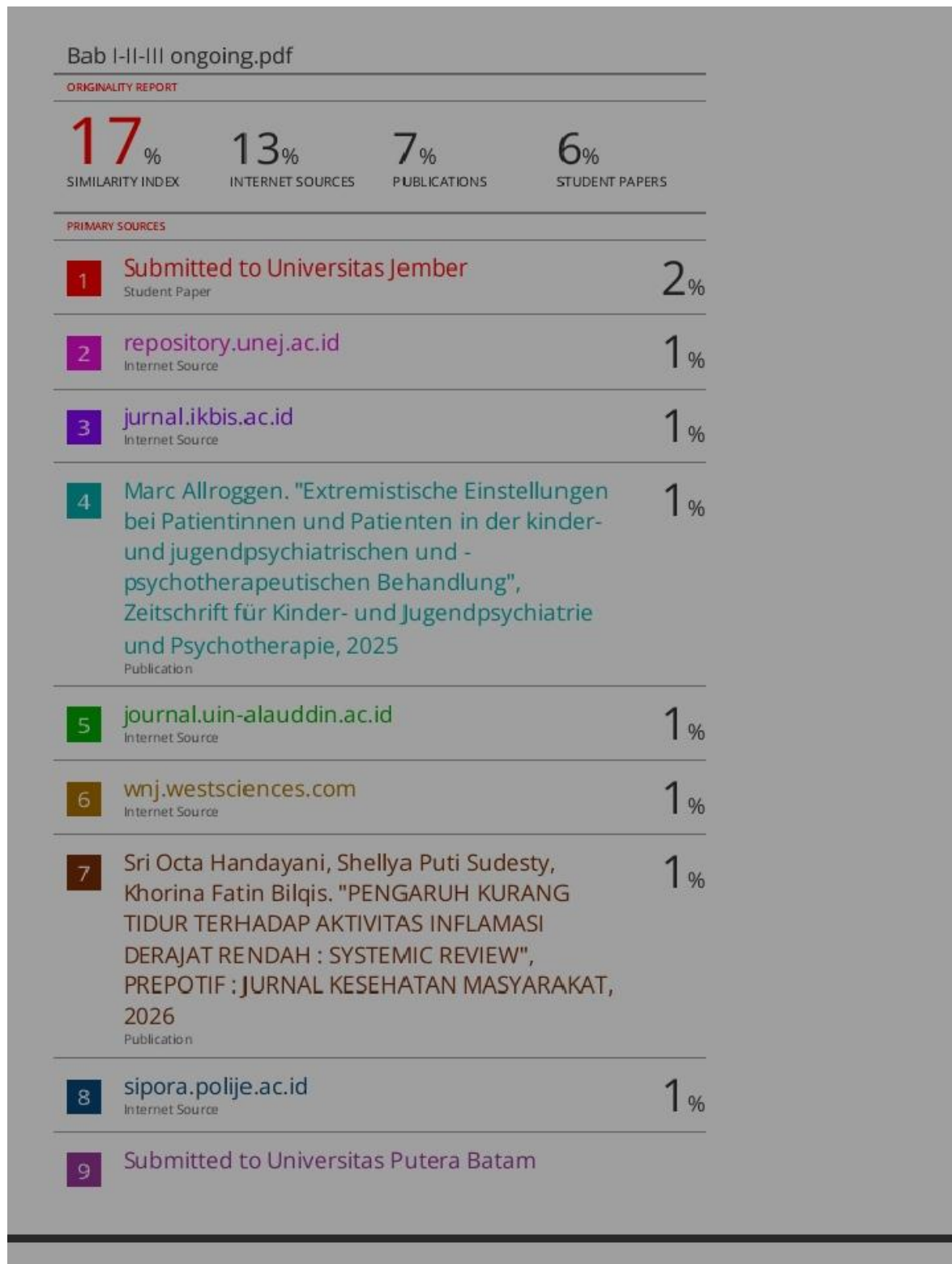
Laman: <http://fkep.unej.ac.id/>

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Almes Rizzak Khumar
NIM : 192310101178
Judul Skripsi : Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan
Pembimbing Utama/Anggota : Ns. Yeni Fitria, S.Kep., M. Kep

No	Tanggal	Metode (Daring/ Luring)	Topik Bimbingan	Rekomendasi	Tanda Tangan
1	5 Juni 2026	Daring	ACC judul Skripsi yang berjudul "Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan"	Lakukan pengerjaan Bab 1	
2	8 Juni 2026	Luring	Konsultasi Bimbingan Skripsi Bab 1 yang berjudul "Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan"	Perbaiki Bab 1 lanjut pengerjaan Bab 2	
3	24 Juni 2026	Luring	Konsultasi Bimbingan Skripsi Bab 2 yang berjudul "Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan"	Lanjut pengerjaan Bab 3	
4	25 Juni 2025	Luring	Konsultasi Bimbingan Skripsi Bab 3 yang berjudul "Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan"	acc Sempro	

Lampiran 2. Hasil Cek Turnitin



Lampiran 3. Bukti Lembar Oponen

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KEPERAWATAN
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

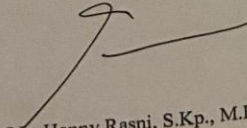
BUKTI KEHADIRAN OPONEN SEMINAR PROPOSAL TUGAS AKHIR

Nama : Almes Rizzak Khumar
NIM : ~~192310270799006~~ 1923101178
Judul Tugas Akhir : Skoring Tingkat Stress kerja pada Pekerja pabrik
di PTPN X unit Industri Bobbin di Desa Jelbuk Kecamatan
Arjasa Kabupaten Jember

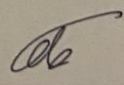
Pada hari Selasa, 18 Maret 2025 telah menjadi oponen pada seminar proposal:

Nama : Muhamad Bahri Syahbana
NIM : 192310101179
Judul Tugas Akhir : Gambaran Kualitas Hidup Pada Kelompok Petani Yang
Berisiko Mengalami Katarak Di Desa Tempurejo Kabupaten
Jember

Menyetujui
Dosen Pembimbing Utama,


(Ms. Hanny Rasni, S.Kp., M.Kep)
NIP. 197612192002122003

Jember, 18 Maret 2025
Oponen,


(Almes. Rizzak Khumar ,
NIM. 192310101178)

Lampiran 4. Bukti Lembar Audient



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax (0331) 323450 Jember

BUKTI KEHADIRAN MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL TUGAS AKHIR

Nama/ NIM : Almes Rizzak Khumar/ 192310101178
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Tugas Akhir : Stres Kerja pada Petani: Tinjauan Literatur tentang Faktor Resiko, Faktor Protektif, Dampak, dan Strategi Penanganan

	Tanggal	Nama/NIM	Judul Tugas Akhir	TTD DPU/DPA /Penguji
1.	24 Juli 2023	Muhammad Bahri Syahbana/ 192310101179	Gambaran Kualitas Hidup pada Kelompok Petani yang Beresiko Mengalami Katarak di Desa Tempurejo Kabupaten Jember	
2.	11 Februari 2025	Meydo Milenio Jayu Putra/ 192310101106	Hubungan Kekerasan Verbal Orang Tua Terhadap Perilaku Self-harm pada Remaja Awal di SMPN 7 Jember	
3.	26 November 2025	Rizki Anderansyah/ 192310101124	Gambaran pengetahuan dan sikap remaja awal pada pernikahan dini di wilayah rural kecamatan rambipuji kabupaten jember	

Mengetahui,
Ketua Komisi Bimbingan

(Ns. Peni Perdani Juliningrum, M.Kep)
NIP. 19870719 201504 2 002

Lampiran 5. Tahap Identifikasi

The image displays three screenshots of academic search results, illustrating the identification stage of a research process. Each screenshot shows a different database interface with search results for the query: ("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management").

ProQuest Screenshot: The top screenshot shows the ProQuest search results page. The search bar contains the query: ("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management"). The results are sorted by Relevance, and 7,529 results are displayed. The first result is "Gender and Stress: Challenges Faced by Women Principal Operators in Agriculture in the United States" by Manson, Bernadette; Bruce, Roxanne, published in the *Journal of International Women's Studies*, Bridgewater Vol. 28, Iss. 2, (2025): 1-17.

PubMed Screenshot: The middle screenshot shows the PubMed search results page. The search bar contains the query: ("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress"). The results are sorted by Best match, and 15 results are displayed. The first result is "Work-Related Stress as a Risk Factor for Farm Injuries in the Central United States" by Bai H, Beseler C, Baccaglini L, Rautanen RH, published in *J Agric Saf Health*, 2023 Jan 20;29(1):1-13, doi: 10.13031/jash.14951.

ScienceDirect Screenshot: The bottom screenshot shows the ScienceDirect search results page. The search bar contains the query: ("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress"). The results are sorted by relevance | date, and 647 results are displayed. The first result is "Psychosocial risk factors for WRMSDs among agricultural workers: A scoping review" by Jane Pierce, Joanne O. Crawford, published in *Applied Ergonomics*, September 2026.

Lampiran 6. Tahap Screening

The image displays three screenshots of academic search results from different databases, all using the same search query: ("farmers" OR "agricultural worker") AND ("occupational stress" OR "work stress") AND ("risk factor" OR "protective factor" OR "impact" OR "stress management").

ProQuest Screenshot: Shows 1,615 results. The search bar contains the query. A sidebar on the left shows filters: Applied filters (Last 5 Years), Sorted by (Relevance), and Source type (Scholarly Journals, Books, Dissertations & Theses). The main results area shows three articles, including "Gender and Stress: Challenges Faced by Women Principal Operators in Agriculture in the United States" and "Work stress and its association with suicidal ideation, health and presentism during the COVID-19 pandemic: cross-sectional study in the UK health and university workforce".

PubMed Screenshot: Shows 5 results. The search bar contains the query. A sidebar on the left shows filters: MY CUSTOM FILTERS, Edit custom filters, RESULTS BY YEAR (2021, 2026), and PUBLICATION DATE. The main results area shows one article: "The Impact of Job Strain on Occupational Access to Firearms and Firearm-Related Suicide Among US Workers".

ScienceDirect Screenshot: Shows 647 results. The search bar contains the query. A sidebar on the left shows filters: Refine by: Years (2020 (40), 2023 (47), 2024 (35), 2022 (38), 2022 (27), 2021 (28), 2020 (24), 2019 (21), 2018 (26), 2017 (19), 2016 (21)). The main results area shows two articles: "Psychosocial risk factors for WRMSDs among agricultural workers: A scoping review" and "Occupational stress management for UK construction professionals".

Lampiran 7. JBI Critical Appraisal Checklist

No	Penulis	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Skor	Kualitas
Qualitative													
1	<i>Poor Mental Health Negatively Impacts Farmers Personally, Interpersonally, Cognitively, and Professionally</i>	Y	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	8/8	Tinggi
2	<i>Gender and Stress: Challenges Faced by Women Principal Operators in Agricultural in the United States</i>	U	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	8/8	Tinggi
Cross-sectional Study													
3	<i>Agricultural Workers' Perspectives on Strssors, Stress Management Topics and Support Options: A case Study from the Western U.S.</i>	Y	Y	Y	Y	Y	U	Y	Y			7/8	Tinggi
4	<i>Sleep Issues and Burnout in Irish Farmer: A Cross sectional survey</i>	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y			8/8	Tinggi
5	<i>Understanding Stress Factors in Farming : A Nationwide Survey on Occupational Strain and Mental Health among Austrian Farmers</i>	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y			8/8	Tinggi
6	<i>A Comparison Between Farm-Related Stres, Mental Health, and Social Support Between Men and Women Farmers</i>	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y			8/8	Tinggi
Mixed Method													
7	<i>An Incredibile Amount of Stress before you put a shovel in the Ground: A Mixed Methods Analysis of Farming Stressors in Canada</i>	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y			8/8	Tinggi
		Y	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	8/10	
8	<i>Identifying Stressors and Coping Resources among Austrian Farmers: A Mixed Methods Study for Targeted Prevention and Health Promotion</i>	Y	Y	Y	Y	Y	U	Y	Y			7/8	Tinggi
		U	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	7/10	
9	<i>How Stressors and Facilitators of Work-Family Dynamics Interrelate and Affect Psychological Outcomes in Farming Women: A Mixed-Methods Approach in Chile</i>	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y			8/8	Tinggi
		U	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	7/10	
10	<i>Tractors, Talk, Mindset, Mantras, Detachment, and Distraction : A Mixed Methods Investigation of Coping Strategies Used by Farmers in Canada</i>	Y	Y	Y	Y	Y	U	Y	Y			7/8	Tinggi
		Y	Y	Y	Y	Y	U	U	Y	Y	Y	8/10	

1. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Qualitative* (Skor : 8/10)

Judul : <i>Poor Mental Health Negatively Impacts Farmers Personally, Interpersonally, Cognitively, and Profesionally</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?	✓			
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			
6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?			✓	
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?			✓	
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓			
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓			
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓			

2. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Qualitative* (Skor : 7/10)

Judul : <i>Gender and Stress: Challenges Faced by Women Principal Operators in Agricultural in the United States</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?			✓	
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			
6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?			✓	
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?			✓	
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓			
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓			
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓			

3. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Cross-sectional Study* (Skor : 7/8)

Judul : <i>Agricultural Workers' Perspectives on Strssors, Stress Management Topics and Support Options: A case Study from the Western U.S.</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?		✓		
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			

4. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Cross-sectional Study* (Skor : 8/8)

Judul : <i>Sleep Issues and Burnout in Irish Farmer: A Cross sectional survey</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			

5. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Cross-sectional Study* (Skor : 8/8)

Judul : <i>Understanding Stress Factors in Farming : A Nationwide Survey on Occupational Strain and Mental Health among Austrian Farmers</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			

6. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Cross-sectional Study* (Skor : 8/8)

Judul : <i>A Comparison Between Farm-Related Stres, Mental Health, and Social Support Between Men and Women Farmers</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			

7. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Mixed Method*

Skor : (*Cross-sectional Study* : 8/8) & (*Qualitative* : 8/10)

Judul : <i>An Incredibly Amount of Stress before you put a shovel in the Ground: A Mixed Methods Analysis of Farming Stressors in Canada (Cross-sectional Study)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			
Judul : <i>An Incredibly Amount of Stress before you put a shovel in the Ground: A Mixed Methods Analysis of Farming Stressors in Canada (Qualitative)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?	✓			
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			

6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?	✓
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?	✓
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓

8. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Mixed Method*

Skor (*Cross-sectional Study* : 8/8) & (*Qualitative* : 7/10)

Judul : <i>Identifying Stressors and Coping Resources among Austrian Farmers: A Mixed Methods Study for Targeted Prevention and Health Promotion (Cross-sectional Study)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			
Judul : <i>Identifying Stressors and Coping Resources among Austrian Farmers: A Mixed Methods Study for Targeted Prevention and Health Promotion (Qualitative)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?			✓	
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			

6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?	✓
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?	✓
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓

9. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Mixed Method*

Skor (*Cross-sectional Study* : 6/8) & (*Qualitative* : 7/10)

Judul : <i>How Stressors and Facilitators of Work-Family Dynamics Interrelate and Affect Psychological Outcomes in Farming Women: A Mixed-Methods Approach in Chile (Cross-sectional Study)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?			✓	
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?			✓	
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			
Judul : <i>How Stressors and Facilitators of Work-Family Dynamics Interrelate and Affect Psychological Outcomes in Farming Women: A Mixed-Methods Approach in Chile (Qualitative)</i>					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?			✓	
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			

6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?	✓
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?	✓
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓

10. JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk *Mixed Method*

Skor : (Cross-sectional Study : 8/8) & (Qualitative : 8/10)

Judul : Tractors, Talk, Mindset, Mantras, Detachment, and Distraction : A Mixed Methods Investigation of Coping Strategies Used by Farmers in Canada (Cross-sectional Study)					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Were the criteria for inclusion in the sample clearly defined?	✓			
2	Were the study subjects and the setting described in detail?	✓			
3	Was the exposure measured in a valid and reliable way?	✓			
4	Were objective, standard criteria used for measurement of the condition?	✓			
5	Were confounding factors identified?	✓			
6	Were strategies to deal with confounding factors stated?	✓			
7	Were the outcomes measured in a valid and reliable way?	✓			
8	Was appropriate statistical analysis used?	✓			
Judul : Tractors, Talk, Mindset, Mantras, Detachment, and Distraction : A Mixed Methods Investigation of Coping Strategies Used by Farmers in Canada (Qualitative)					
No	Criteria	Yes	No	Unclear	Not Applicable
1	Is there congruity between the stated philosophical perspective and the research methodology?	✓			
2	Is there congruity between the research methodology and the research question or objectives?	✓			
3	Is there congruity between the research methodology and the methods used to collect data?	✓			
4	Is there congruity between the research methodology and the representation and analysis of data?	✓			
5	Is there congruity between the research methodology and the interpretation of results?	✓			

6	Is there a statement locating the researcher culturally or theoretically?	✓
7	Is the influence of the researcher on the research, and vice- versa, addressed?	✓
8	Are participants, and their voices, adequately represented?	✓
9	Is the research ethical according to current criteria or, for recent studies, and is there evidence of ethical approval by an appropriate body?	✓
10	Do the conclusions drawn in the research report flow from the analysis, or interpretation, of the data?	✓