



E-ISSN 3032-601X & P-ISSN 3032-7105

Vol. 3, No. 1, 2026

MISTER

**Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science,
Technology and Educational Research**

**Jurnal Penelitian Multidisiplin dalam Ilmu
Pengetahuan, Teknologi dan Pendidikan**

**UNIVERSITAS SERAMBI MEKKAH
KOTA BANDA ACEH**

mister@serambimekkah.ac.id

Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology
and Educational Research

Journal of MISTER

Vol. 3, No. 1, 2026

Pages: 723–730

Burnout pada Pekerja Warung Sate di Yala Thailand, Studi
Fenomenologi tentang Dinamika Psikologi dalam Pelayanan

Artia Damaira, Ratna Wulandari, Rukiana Novianti Putri, Ana Fitriani

Universitas Muhammadiyah Makassar

Article in Journal of MISTER

Available at : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

DOI : <https://doi.org/10.32672/mister.v3i1.3994>

How to Cite this Article

APA : Artia Damaira, Ratna Wulandari, Rukiana Novianti Putri, & Ana Fitriani. (2025). Burnout pada Pekerja Warung Sate di Yala Thailand, Studi Fenomenologi tentang Dinamika Psikologi dalam Pelayanan. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 3(1), 723 – 730. <https://doi.org/10.32672/mister.v3i1.3994>

Others Visit : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is a scholarly journal dedicated to the exploration and dissemination of innovative ideas, trends and research on the various topics include, but not limited to functional areas of Science, Technology, Education, Humanities, Economy, Art, Health and Medicine, Environment and Sustainability or Law and Ethics.

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is an open-access journal, and users are permitted to read, download, copy, search, or link to the full text of articles or use them for other lawful purposes. Articles on Journal of MISTER have been previewed and authenticated by the Authors before sending for publication. The Journal, Chief Editor, and the editorial board are not entitled or liable to either justify or responsible for inaccurate and misleading data if any. It is the sole responsibility of the Author concerned.



ISSN 3032-7105

ISSN 3032-601X



Burnout pada Pekerja Warung Sate di Yala Thailand, Studi Fenomenologi tentang Dinamika Psikologi dalam Pelayanan

Artia Damaira^{1*}, Ratna Wulandari², Rukiana Novianti Putri³, Ana Fitriani⁴

Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia^{1,2,3,4}

*Email Korespondensi: artiadamairaa@gmail.com

Diterima: 06-12-2025

| Disetujui: 16-12-2025

| Diterbitkan: 18-12-2025

ABSTRACT

The phenomenon of burnout has increasingly occurred among informal sector workers who face heavy workloads with limited resources. One of the groups most vulnerable to this condition is the satay stall workers in Yala, Thailand, who are required to serve customers with high intensity and minimal work support. Physical fatigue, emotional pressure, and economic demands are the main issues underlying this study. The purpose of this research is to gain an in-depth understanding of the psychological dynamics of burnout experienced by satay stall workers, as well as how work pressure and social factors influence their emotional well-being and sense of work meaning. This study employs a qualitative approach with a phenomenological method, focusing on the subjective experience of a participant identified as M, a 24-year-old woman working as the sole employee at a satay stall. Data were collected through interviews, observations, and documentation, then analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. The findings reveal that M experiences burnout not only due to occupational factors but also due to intertwined psychological and social aspects. Informal sector workers like M tend to work without adequate support systems, mental health supervision, or recovery opportunities. Therefore, burnout in this context can be understood as the result of economic pressure, social isolation, and the loss of personal meaning in work.

Keywords: Burnout, Employee Performance, Work Pressure, Psychological Dynamics.

ABSTRAK

Fenomena burnout semakin sering terjadi kalangan pekerja sektor informal yang memiliki beban pekerjaan tinggi dengan sumber daya terbatas. Salah satu kelompok yang rentan mengalami kondisi ini adalah pekerja warung sate di Yala, Thailand, yang dituntut untuk melayani pelanggan dalam intensitas tinggi tanpa dukungan kerja yang memadai. Kelelahan fisik, tekanan emosional, serta tuntutan ekonomi yang berat menjadi isu utama yang melatarbelakangi penelitian ini. Tujuan penelitian ini Adalah untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis burnout yang dialami pekerja warung sate, serta bagaimana tekanan pekerjaan dan faktor sosial mempengaruhi kesejahteraan emosional dan makna kerja individu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi, yaitu berfokus pada pengalaman subjektif peneliti berinisial M, seorang Perempuan berusia 24 tahun yang bekerja sebagai karyawan satu-satunya di warung sate. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa M mengalami burnout, bukan hanya disebabkan oleh faktor pekerjaan semata, tetapi juga oleh aspek psikologis dan sosial yang saling berkaitan. Pekerja sektor informal seperti M cenderung bekerja tanpa system dukungan, tanpa pengawasan kesehatan mental, dan tanpa kesempatan untuk pemulihan diri yang layak. Oleh karena itu, burnout pada konteks ini dapat dipahami dari tekanan ekonomi, keterasingan sosial, serta hilangnya makna pribadi dalam bekerja.

Katakunci: Burnout, Kinerja Karyawan, Tekanan Kerja, Dinamika Psikologi

PENDAHULUAN

Pada era globalisasi saat ini dunia bisnis dituntut untuk terus menerus mempersiapkan diri dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang terjadi. Seiring dengan berkembangnya usaha, maka timbullah persaingan di antara pelaku-pelaku ekonomi yang semakin ketat. Dengan maraknya usaha yang serupa seperti ini, sebuah usaha harus mampu berinovasi agar dapat mempertahankan usaha mereka, dalam hal ini usaha berlomba-lomba mendapatkan keuntungan yang maksimal dengan sumber daya yang minimal. Diantara sumber daya yang berpengaruh, sumber daya manusia merupakan salah satu sumber daya yang paling menentukan kelanjutan usaha tersebut, maka dari itu para pimpinan usaha pula untuk bagaimana memelihara sumber daya manusia yang baik (Ramadhan & Winata, 2025).

Banyak jenis usaha yang terlalu mementingkan keuntungan semata. Karyawan pada usaha tersebut seringkali kesejahteraan dan haknya diabaikan. Masalah tersebut biasanya ditemui pada usaha warung makan. Intensitas pelanggan warung sate cukup tinggi membuat warung sate menuntut karyawan untuk lebih ekstra dalam melayani pelanggan. Karyawan pada warung sate tidak jaerang dieksploitasi tenaga dan pikirannya. Beban kerja yang diberikan warung sate kepada karyawannya seringkali melebihi batas kemampuan, apa lagi warung sate tersebut hanya memiliki satu karyawan saja. Sedangkan peminat sate banyak, itu membuat karyawan keteteran dalam melayani dan mengoprasionalkan warung sate tersebut.

Istilah burnout pertama kali diketahui dan dikenal di masyarakat oleh Herbert Freudenberger seorang psikiater pada tahun 1973. Freudenberger mengamati perubahan perilaku sukarelawan setelah bertahun-tahun bekerja yang disebut sebagai sindrom burnout. Para sukarelawan tersebut mengalami kelelahan mental, kehilangan komitmen dan menurunnya motivasi seiring dengan berjalannya waktu seperti gedung yang terbakar habis (burned-out) (Nurmayanti & Margono, 2017). Sedangkan menurut Greenberg (Muhammad Taufik Akbar, Christiana Hari Soetjiningasih), *burnout* merupakan reaksi dari stres kerja baik secara psikologis, psikofisiologis dan perilaku yang bersifat merugikan, serta *burnout* merupakan suatu hal kompleks yang dapat dilihat dari reaksi secara psikologis, pikiran, fisik dan tingkah laku atas suatu pekerjaan, sehingga dapat merugikan individu dan juga organisasi. Fenomena *burnout* pada pekerja sangatlah serius dan terjadi di dunia kerja itu sendiri.

Menurut Biggs et.al (Wanda Yunitaa, Arbana Syamantha) *Burnout* memiliki tiga indikator yang dikaitkan secara negatif dengan penanganan situasi sosial dan penyelesaian konflik di lingkungan kerja karena pengaruhnya terhadap pemrosesan kognitif, suasana hati, pengendalian impuls, dan pengambilan keputusan di bawah tekanan. 1) Pemrosesan Kognitif, proses kognitif yaitu proses mental individu dapat dipahami sebagai pemrosesan informasi. Jenis proses kognitif meliputi berpikir, memahami, mengingat, mengevaluasi, dan memecahkan. 2) Suasana hati, itu pertanda kurangnya kesadaran diri, rendahnya motivasi, dan berkurangnya rasa percaya diri. Kondisi ini seringkali mengakibatkan kecenderungan kinerja yang buruk. 3) Pengendalian Impuls, pengendalian impuls adalah depersonalisasi, kecenderungan untuk memanusiakan orang lain, pengembangan sikap skeptis terhadap karier dan kinerja diri sendiri. Seseorang dengan masalah depersonalisasi merasa tidak ada aktivitas yang dilakukannya yang berguna atau bermakna. Sikap ini diwujudkan dalam perilaku acuh tak acuh, sinis, acuh tak acuh, dan kurang peduli terhadap kepentingan orang lain.

Menurut Maslach (Abdul, Almakhiri 2023) ada tiga dimensi burnout, yaitu: 1) Kelelahan emosional (*Emotional Exhaustion*) Kelelahan emosional Adalah keadaan dimana individu merasa emosinya terkuras habis. Individu merasa tidak memiliki energi untuk menghadapi harinya. 2) Depersonalisasi (*Depersonalization*) Depersonalisasi adalah keadaan Dimana individu merasa depresi

karena banyaknya tugas yang diberikan kepadanya. Individu merasa jenuh dengan tuntutan pekerjaan sehingga mengabaikan tuntutan tersebut. 3) Penurunan prestasi diri (*Reduced Personal Accomplishment*) Penurunan prestasi diri dapat dilihat ketika individu mulai tidak puas dengan hasil kerjanya dan merasa tidak pernah melakukan hal yang bermanfaat bagi dirinya sendiri atau orang lain. Individu tidak yakin dengan kemampuan kerjanya

Karyawan yang dituntut dengan intensitas pekerjaan yang tinggi akan menimbulkan kelelahan kerja. Mengingat karyawan di warung sate hanya satu orang, menyebabkan segala pekerjaan dan aktivitas yang terjadi semua ditanggung oleh karyawan. Waktu dan istirahat pun menjadi tidak terlaksana sesuai dengan yang di janjikan dan tidak seimbang dengan intensitas pekerjaan yang dilakukan. Tuntutan pekerjaan yang demikian dapat menimbulkan *stress* kerja yang dialami dalam jangka waktu panjang sehingga individu tersebut dapat mengalami kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dapat menurunkan kinerja kerja karyawan. Keadaan seperti ini dinamakan *burnout* (Khamndiniyati, 2019).

Karyawan pada warung sate seringkali merasa terbebani masalah ketidak seimbangan kondisi fisik. Hal ini juga dapat mempengaruhi emosional seorang karyawan. Seringkali karyawan mengalami situasi dimana harus membungkus nasi ketan untuk pendamping makan sate, dan juga disituasi lain harus membakar dan mengontrol sate agar tidak gosong, hal ini menyebabkan karyawan menjadi panik. Orang-orang yang mengalami *stress* menjadi *nervous* dan merasakan kekhawatiran kronis sehingga mereka sering menjadi marah-marah, agresif, tidak dapat relaks, atau memperlihatkan sikap yang tidak kooperatif (Garcia et al.).

Melihat berbagai permasalahan yang muncul, penting untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis yang dialami oleh pekerja warung sate di Yala, Thailand. Fenomena *burnout* bukan sekedar persoalan kelelahan fisik, tetapi juga mencerminkan tekanan emosional dan mental yang kompleks akibat tuntutan pekerjaan yang tinggi serta kurangnya keseimbangan antara beban kerja dan pemenuhan kebutuhan pribadi. Dalam konteks pelayanan, karyawan dituntut untuk selalu bersikap ramah, sabar, dan profesional, meskipun di sisi lain mereka harus menghadapi rasa lelah, kejenuhan, serta tekanan batin yang terus menumpuk. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada performa kerja, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis dan hubungan sosial mereka, baik di tempat kerja maupun di luar pekerjaan. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya untuk mengungkap secara mendalam pengalaman subjektif pekerja warung sate yang mengalami *burnout* melalui pendekatan studi fenomenologis, guna memahami bagaimana proses psikologis, emosi, dan makna yang terbentuk dalam keseharian mereka saat menjalani pekerjaan pelayanan di Tengah tuntutan yang tinggi dan sumber daya yang terbatas.

METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Menurut Danzim dan Lincoln (1997), penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan latar alamiah untuk mencoba memahami fenomena yang terjadi dan menggunakan berbagai pendekatan saat ini. Penelitian kualitatif bertujuan untuk menemukan dan menceritakan kegiatan yang dilakukan serta bagaimana kegiatan tersebut berdampak pada kehidupan mereka (Umam et al., 2024).

Tempat penelitian di Jalan Phang Mueang 2, Nomor 3, Kelurahan Sateng, Kecamatan Mueang Yala, Provinsi Thailand. Teknik pada penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan sampel purposive

sampling (Andreas et al., 2025). Penelitian ini meneliti subjek satu orang, inisial M berjenis kelamin Perempuan berusia 24 tahun, menjadi pekerja warung sate.

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan studi fenomenologi. Istilah Fenomenologi Secara etimologis berasal dari kata fenomena dan logos. Fenomena berasal dari kata kerja Yunani, yaitu “phainesthai” yang artinya menampak, dari sinonim kata dari kata fantasi, fantom dan fosfor yang artinya sinar atau cahaya. Berdasarkan kata tersebut maka terbentuk kata kerja, yaitu “tampak” terlihat karena bercahaya. Dalam Bahasa Indonesia diartikan “Cahaya”. Secara harfiah fenomena diartikan sebagai gejala atau sesuatu yang menampakkan (Maramis et al., 2023). Pendekatan penelitian fenomenologi mencoba memahami peristiwa-peristiwa kehidupan manusia dalam kerangka pemikiran dan perilaku masyarakat sebagaimana yang dipahami atau dipikirkan oleh individu itu sendiri. Penelitian fenomenologis memberikan jawaban atas permasalahan ontologis. Studi fenomenologi bertujuan untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih baik tentang realitas (Nasir et al., 2023).

Peneliti menggunakan Teknik pengumpulan data yaitu melalui observasi dan wawancara. Teknik observasi adalah pengamatan dan pencatatan secara sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki (Hasibuan et al., 2023). Sedangkan Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan responden, di mana peneliti mengajukan pertanyaan untuk menggali informasi mendalam tentang topik yang diteliti (Huberman & Miles, 1992).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data model interaktif yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman yaitu: pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan atau verifikasi data (Ulfah & Subadi, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi dan wawancara mendalam terhadap seorang pekerja warung sate di Yala, Thailand, ditemukan bahwa M mengalami berbagai bentuk kekelahan baik secara fisik, emosional, maupun mental. Ia bekerja sebagai satu-satunya karyawan di warung sate tersebut, dan telah menjalani pekerjaannya selama kurang lebih satu tahun. Dalam kesehariannya, M bertanggungjawab sepenuhnya terhadap seluruh kegiatan operasional warung, mulai dari mempersiapkan bahan-bahan sate, membakar sate, menyiapkan nasi ketan sebagai pelengkap, melayani pelanggan, hingga membereskan seluruh area warung setiap malam. Seluruh tanggung jawab tersebut dilakukan seorang diri, membuat beban kerja yang dirasakan semakin berat dari hari ke hari.

M mengungkapkan bahwa dirinya merasa sangat Lelah dengan pekerjaannya saat ini. Ia berkata bahwa terkadang tubuhnya “sudah tidak kuat lagi”, tetapi ia tetap bekerja karena tidak memiliki pilihan lain. Dalam wawancara, M menyampaikan, “saya sering merasa capek sekali, kadang ingin berhenti, tetapi tidak bisa karena tidak ada pilihan lain. Kalau saya berhenti, siapa yang bantu keuangan keluarga”. Ucapan ini menggambarkan bahwa dorongan ekonomi menjadi alasan utama M tetap bertahan, bukan karena motivasi intrinstik terhadap pekerjaan itu sendiri.

Dari hasil observasi, terlihat bahwa M bekerja dalam kondisi lingkungan yang padat dan panas, terutama di sekitar tungku pembakaran sate. Ia harus menjaga api tetap menyala, mengontrol kematangan sate agar tidak gosong, sekaligus melayani pelanggan yang datang tanpa henti di jam-jam makan siang.

Situasi ini menunjukkan kondisi fisik dan konsentrasi tinggi, namun dengan sumber daya yang terbatas. Dalam beberapa kesempatan, peneliti mengamati bahwa M tampak tergesa-gesa, mudah gugup, bahkan terlihat panik Ketika banyak pelanggan yang datang bersamaan.

Tekanan psikologis ini diperparah oleh kurangnya dukungan sosial dan emosional. M mengaku bahwa ia menjalani pekerjaan seorang diri, dan tidak memiliki seseorang yang bisa menjadi tempat berbagi keluh kesah atau memberikan dukungan. Fenomena yang dialami M dapat dianalisis melalui tiga dimensi burnout menurut Maslach (1981). Pertama, kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), di mana M merasa kehabisan energi emosional untuk bersikap ramah dan sabar terhadap pelanggan. Ia sering merasa jenuh dan ingin menghindari interaksi, namun tuntutan pekerjaan memaksakannya untuk tetap ramah dan selalu tersenyum. Kedua, depersonalisasi (*depersonalization*), yang terlihat dari sikap acuh M terhadap pelanggan. Ia mengatakan bahwa terkadang melayani hanya “asal cepat selesai”, tanpa rasa kepuasan atau semangat seperti dulu. Hal ini menunjukkan adanya jarak emosional antara dirinya dan pekerjaannya. Ketiga, penurunan prestasi diri (*reduced personal accomplishment*), dimana M merasa pekerjaannya tidak memberikan kebanggaan atau pencapaian.

Secara fisik, M mengaku sering merasa pusing, lemas, dan nyeri di bagian punggung karena terlalu lama berdiri dan bekerja di depan api. Ia jarang beristirahat cukup, bahkan waktu makan pun berantakan. Kondisi ini berdampak terhadap performa kerja dan kestabilan emosionalnya. M juga menyebut bahwa ia menjadi mudah marah, terutama Ketika kelelahan memuncak. Ia berkata “ kalau sudah capek sekali, saya jadi mudah marah”. Ini menunjukkan adanya tekanan internal yang kuat untuk terus menahan emosi, yang dalam jangka Panjang dapat memperburuk kondisi burnout.

Meski begitu, M tetap berusaha bertahan dengan strategi coping sederhana, seperti beristirahat sejenak Ketika tidak ada pelanggan, mendengarkan music, dan berdoa agar diberi ketenangan. Namun, strategi tersebut hanya memberikan efek sementara. Dalam perspektif fenomenologis, pengalaman M menunjukkan konflik batin antara kebutuhan pribadi akan ketenangan, istirahat, dan emosional, dengan tuntutan eksternal berupa kewajiban ekonomi dan tanggung jawab pekerjaan. Fenomena ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara *life demands* dan *personal resources* yang pada akhirnya memunculkan burnout.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa burnout pada pekerja warung sate di Yala, Thailand bukan hanya disebabkan oleh faktor pekerjaan semata, tetapi juga oleh aspek psikologis dan sosial yang saling berkaitan. Pekerja sektor informal seperti M cenderung bekerja tanpa system dukungan, tanpa pengawasan Kesehatan mental, dan tanpa kesempatan untuk pemulihan diri yang layak. Oleh karena itu, burnout pada konteks ini dapat dipahami dari tekana ekonomi, keterasingan sosial, serta hilangnya makna pribadi dalam bekerja. Kasus M menggambarkan bahwa di balik pekerjaan sederhana seperti melayani pelanggan di warung sate, terdapat perjuangan psikologis yang besar untuk bertahan dan memenuhi kebutuhan hidup.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pekerja warung sate di Yala, Thailand, mengalami burnout yang ditandai dengan kelelahan fisik, emosional, dan mental akibat beban kerja yang berat, waktu istirahat yang terbatas, serta kurangnya dukungan sosial. Faktor ekonomi juga menjadi pendorong utama yang membuat M tetap bertahan dalam pekerjaannya. Pada usia muda, ia menghadapi tekanan hidup sendiri tanpa

pasangan atau keluarga yang dapat memberikan dukungan emosional, sehingga memperburuk kondisi psikologisnya. Burnout yang dialami M mempengaruhi aspek fisik, emosional, sosial, dan performa kerja, serta menurunkan rasa makna dan pencapaian diri dalam bekerja. Fenomena ini memperlihatkan bahwa pekerja sektor informal sangat rentan terhadap kelelahan psikologis karena tuntutan kerja yang tinggi tidak diimbangi dengan dukungan sosial dan kesejahteraan emosional yang memadai.

SARAN

Disarankan agar sektor informal seperti M mendapatkan perhatian lebih dalam aspek kesejahteraan psikologis dan sosial. Pemilik usaha sebaiknya memberikan waktu istirahat yang cukup, membagi tugas secara profesional, serta menciptakan lingkungan kerja yang lebih manusiawi dan mendukung. Pemerintah local dan Lembaga sosial juga perlu menyediakan program atau pelatihan tentang manajemen stress dan kesejahteraan mental bagi pekerja informal. Selain itu, penting bagi individu seperti M untuk belajar mengembangkan coping yang lebih adaptif, seperti menjalin hubungan sosial, mencari dukungan emosional, dan meluangkan waktu untuk aktivitas yang menenangkan diri. Dalam jangka Panjang, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan yang lebih peduli terhadap Kesehatan mental pekerja di sektor informal, terutama di Yala, Thailand.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Muhammad Taufik, and Christiana Hari Soetjningsih, 'Dukungan Sosial Rekan Kerja Dan Atasan Dengan Burnout Pada Aparatur Sipil Negara', *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4.3 (2023), pp. 814–22, doi:10.51214/bocp.v4i3.436
- Almakhi, Uzair, 'Analisi Pengaruh Beban Kerja Dengan Burnout Pada Karyawan PT Wirasindo Santakarya', *Journal of Sustainability and Science Economics*, 1.1 (2023), pp. 43–50, doi:10.62337/jsse.v1i1.11
- Andreas, Putu Abel, Satria Fajar Firmansyah, and Hengki Hendra Pradana, 'Studi Fenomenologi Burnout Pada Mahasiswa Yang Kuliah Dan Bekerja', *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 3.2 (2025), pp. 154–78, doi:10.28926/pyschoaksara.v3i2.1726
- Garcia, Ana Rita, Sara Brito Filipe, Cristina Fernandes, Cristina Estevão, and George Ramos, 'Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja Dan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Warung Makan Burjo 24 Jam Di Area Solo', *Media Akutansi*, 33.02, pp. 67–82
- Hasibuan, Panarengan, Rezki Azmi, Dimas Bagus Arjuna, and Sri Ulfa Rahayu, 'Analisis Pengukuran Temperatur Udara Dengan Metode Observasi Analysis of Air Temperature Measurements Using the Observational Method', *ABDIMAS: Jurnal Garuda Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1.1 (2023), pp. 8–15 <<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>>
- Khamndiniyati, Nurul, 'Hubungan Konflik Peran Ganda Dan Tipe Kepribadian DISC Terhadap Sindrom Kelelahan (Burnout)', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7.1 (2019), pp. 47–56, doi:10.30872/psikoborneo.v7i1.4705
- Nasir, Abdul, Nurjana, Khaf Shah, Rusdy Abdullah Sirodj, and M Win Afgani, 'Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif 1✉', *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3.5 (2023), pp. 4445–51 <<https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0APendekatan>>

- Nurmayanti, Lila, and Hendy M Margono, 'Burnout Pada Dokter', *Journal Unair*, 2017, pp. 32–42
<<http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-pjsbb59449eadfull.pdf>>
- Ramadhan, Rian, and Hadi Winata, 'Pengaruh Keseimbangan Kerja Hidup (Work Life Balance) Dan Kelelahan (Burnout) Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Toko Indomaret Area Karang Tengah, Kota Tangerang)', *SOCIORA: The Journal of Social Sciences and Humanities*, 2.1 (2025), pp. 26–37, doi:10.33753/sociora.v2i1.42
- Siti Romdona1*, Silvia Senja Junista2, Ahmad Gunawan3, 'TEKNIK PENGUMPULAN DATA: OBSERVASI, WAWANCARA DAN KUESIONER', *Ilmu Sosial Ekonomi Dan Politik*, 3.1 (2025), pp. 39–47
- Steeva Yeaty Lidya Tumangkeng1, Joubert B. Maramis2, 'KAJIAN PENDEKATAN FENOMENOLOGI: LITERATURE REVIEW', *TVZ - Verpleegkunde in Praktijk En Wetenschap*, 133.1 (2023), pp. 56–57, doi:10.1007/s41184-023-1791-3
- Ulfah, Hafizah, and Wahyu Subadi, 'Peran Kepala Desa Sebagai Motivator Dalam Meningkatkan Disiplin Waktu Aparatur Desa Pada Kantor Desa Juai Kecamatan Tanjung Kabupaten Tabalong', *JAPB: Jurnal STIA Administrasi Publik & Bisnis*, 4 (2021), pp. 2723–0937
- Umam, Choirul, Endah Purwitasari, Imam Faisal Hamzah, Fauzia Anis, Sekar Ningrum, Fanji Wijaya, and others, *Metode Penelitian Kualitatif*, ed. by S.E.M.M Suyadi., pertama (PT Penamuda Media, 2024) <www.penamudamedia.com>
- Yunita, Wanda, and Arbana Syamantha, 'Hubungan Burnout Dengan Kinerja Pada Supir PT. Anugrah Kreasindo Tama', *Psikologika Journal*, 1.2 (2024), pp. 55–66