

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Studi deskriptif mengenai strategi penanggulangan stres pada karyawan lapangan PT.'X' I kota Jambi. Subyek dari penelitian ini adalah karyawan lapangan PT.'X' yang bekerja lebih dari 1 tahun khususnya pada bagian panen.

Teori yang digunakan adalah strategi penanggulangan stres (coping stress) dari Lazarus (1984). Strategi penanggulangan stres merupakan perubahan kognitif dan tingkah laku yang berlangsung terus menerus sebagai usaha individu untuk mengatasi tuntutan yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya yang dimilikinya, baik tuntutan eksternal maupun internal. . Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner “ways of coping” yang disusun oleh Lazarus dan Folkman (1986) dan telah dimodifikasi oleh peneliti . Sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian ini, maka rancangan penelitian ini menggunakan metoda survey.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan cara menentukan karyawan lapangan PT.'X' yang memenuhi karakteristik sampel. Ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 27 karyawan lapangan.

Berdasarkan pengolahan data maka diperoleh hasil 21 karyawan lapangan (77.8%) menggunakan kedua bentuk strategi penanggulangan stres yaitu strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah dan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi, 3 karyawan lapangan (11.1%) menggunakan bentuk strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi rendah dan masalah rendah, 2 karyawan lapangan (7.4%) menggunakan bentuk strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi dan 1 karyawan lapangan (3.7%) menggunakan bentuk strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah.

Dari pembahasan disimpulkan bahwa sebagian besar karyawan lapangan PT.'X' di kota jambi menggunakan kedua bentuk strategi penanggulangan stres yaitu strategi yang berpusat pada masalah dan strategi yang berpusat pada emosi. Saran bagi penelitian ini, pihak perusahaan diharapkan dapat mengadakan suatu konseling yang diperuntukkan bagi karyawan yang mengalami masalah. Kemudian bagi karyawan lapangan, agar dapat memilih strategi penanggulangan stres yang efektif dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	
1.3.1 Maksud Penelitian.....	10
1.3.2 Tujuan Penelitian	10
1.4 Kegunaan Penelitian	
1.4.1 Kegunaan Teoritis.....	10
1.4.2 Kegunaan Praktis	10
1.5 Kerangka Pikir	11
1.6 Asumsi	21

BAB II TINJAUAN TEORI

2.1	Stres	
2.1.1	Pengertian Stres	22
2.1.2	Pendekatan Ilmiah tentang Stres	23
2.1.3	Stres Kerja.....	29
2.1.4	Teori Penilaian Kognitif dari Lazarus.....	36
2.1.5	Strategi Penanggulangan stres	39
2.1.6	Hubungan Penilaian Kognitif, Stres dan <i>Coping</i>	48

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Rancangan Penelitian.....	49
3.2	Variabel Penelitian, Definisi Konseptual dan Definisi Operasional	
3.2.1	Variabel Penelitian.....	50
3.2.2	Definisi Operasional	50
3.3	Populasi Sasaran dan Teknik Sampling	
3.4.1	Populasi Sasaran	52
3.4.2	Karakteristik Populasi.....	52
3.4.3	Teknik Penarikan Sampel	52
3.4	Alat Ukur	52
3.4.1	Kuesioner <i>ways of coping</i>	52
3.4.2	Prosedur Pengisian dan Cara Penilaian.....	53
3.4.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	
3.4.3.1	Validitas Alat Ukur	55

3.4.3.2	Reliabilitas Alat Ukur	56
3.4.4	Data Pribadi dan Data Penunjang	56
3.5	Teknik Analisa Data	57

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambaran Umum Responden Penelitian	58
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	59
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Status	59
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	59
4.2	Hasil Penelitian	59
4.3	Pembahasan.....	61

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1	Kesimpulan	66
5.2	Saran	67

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RUJUKAN

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1	Skema Kerangka Pikir	20
Bagan 3.1	Skema Rancangan Penelitian.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi Alat ukur Strategi Penanggulangan Stres.....	53
Tabel 4.1	Tabel Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....	58
Tabel 4.2	Tabel Distribusi Frekuensi berdasarkan Status.....	58
Tabel 4.3	Tabel Distribusi Frekuensi berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	59
Tabel 4.4	Tabel Hasil Penelitian Strategi Penanggulangan Stres.....	59
Tabel 4.5	Tabel Hasil Tabulasi Silang.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Hasil Tabulasi Silang
- Lampiran 2 Alat ukur
- Lampiran 3 Hasil Pengolahan Data Strategi Penanggulangan Stres pada Karyawan Lapangan PT. 'X' kota Jambi