

## Sumber stres kerja dan usaha mengatasinya penelitian pada staf Perpustakaan Pusat UI

Nining Kurniati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20159096&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

<br>**ABSTRAK**</b><br>

Skripsi ini mengenai hal-hal atau faktor-faktor yang dapat menjadi sumber stres kerja pada staf perpustakaan dan usaha apa yang dilakukan untuk mengatasinya. <br><br>

Faktor faktor yang dapat menjadi sumber stres kerja pada staf perpustakaan dalam penelitian ini meliputi lima aspek yaitu : 1) aspek dasar/isi dari pekerjaan, 2) aspek peran di dalam organisasi, 3) aspek hubungan interpersonal, 4) aspek kebijaksanaan perpustakaan mengenai kesejahteraan dan pengembangan staf , 5) aspek kondisi fisik lingkungan kerja. Usaha yang dilakukan oleh staf perpustakaan untuk mengatasi stres kerja yang dialami dalam penelitian ini meliputi : 1) problem focused coping, 2) emotion focused coping, 3) gabungan antara problem focused coping dan emotion focused coping. <br><br>

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi dan pemahaman tentang hal-hal atau faktor-faktor apa saja yang dianggap menjadi sumber stres oleh staf perpustakaan sehubungan dengan pekerjaan mereka, dan usaha-usaha apa yang mereka lakukan untuk mengatasi stress kerja yang mereka alami. Manfaat penelitian diharapkan dapat membantu staf perpustakaan untuk memahami stress kerja yang mungkin mereka alami, mengerti penyebabnya dan belajar untuk menghadapinya. Penelitian ini diharapkan juga dapat menunjukkan aspek kerja mana yang dapat menimbulkan stress, sehingga pimpinan perpustakaan dapat mengadakan perubahan atau perbaikan. <br><br>

Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada staf perpustakaan Pusat UI dengan populasi berjumlah 29 orang. Sampel berjumlah 10 orang yang dipilih secara purposive sesuai dengan tujuan penelitian. <br><br>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari lima aspek yang diteliti, tiga aspek menyebabkan timbulnya stres kerja yaitu aspek dasar/isi dari pekerjaan, aspek hubungan interpersonal dan aspek kebijaksanaan mengenai kesejahteraan dan pengembangan staf. Aspek peran dalam organisasi dan aspek kondisi fisik lingkungan kerja tidak menimbulkan stres kerja bagi responden. <br><br>

Faktor-faktor yang dianggap menjadi sumber stres kerja oleh responden adalah pekerjaan rutin yang membosankan, konflik dengan atasan, jumlah gaji yang kurang memadai, pemakai yang membuat masalah yang menjengkelkan, konflik dengan rekan kerja dan mengerjakan tugas dibawah tekanan waktu. <br><br>

Usaha yang dilakukan oleh responden untuk mengurangi atau mengatasi stres yang mereka alami adalah membaca, bermain game, meninggalkan ruangan, menelusur internet, meneiptakan kegiatan sendiri, mencari

tambahan penghasilan, berdialog dengan diri sendiri, melakukan hobi atau kegiatan yang menyenangkan, diam saja, serta mencari bantuan dan penerimaan orang lain.