

## Usulan rancangan pengadaan employee assistance program (EAP) sebagai salah satu metode untuk mengatasi masalah stress kerja pada account officer bank X PKL

Ditalia Adisti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=94839&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Masalah stress kerja merupakan salah satu masalah yang dihadapi oleh karyawan Account Officer Bank X PKL yang dapat menjadi faktor penghambat kelancaran pekerjaan sehari-hari. Pada umumnya stress kerja dapat menyebabkan perilaku yang tidak biasa dan tidak fungsional dalam bekerja dan mengarah pada kesehatan mental dan fisik yang lemah. Selain itu stress juga berpengaruh pada hubungan dengan keluarga dan pada organisasi. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah stress kerja, adalah pelaksanaan EAP. EAP (Employee Assistance Program) adalah suatu sarana atau program bantuan yang disediakan organisasi untuk karyawan dan anggota keluarganya dalam mengatasi masalah yang berkaitan dengan pekerjaan seperti stress kerja, dan masalah pribadi yang berhubungan dengan keluarga dan perkawinan, hukum, keuangan, kesehatan, atau yang berhubungan dengan emosi, yang dapat mempengaruhi kinerja dan produktivitas. EAP disediakan dengan cakupan bantuan yang luas; bersifat rahasia; dapat digunakan oleh karyawan dan keluarganya; praktis, dapat dilakukan di dalam kantor dan tidak membutuhkan banyak waktu (short-term counseling); membantu meningkatkan produktivitas dan menghemat biaya tunjangan kesehatan; dan tidak dipungut biaya. Dengan adanya usulan rancangan pengadaan EAP di Bank X PKL ini, karyawan Account Officer akan dapat terbantu menyelesaikan masalah pekerjaan dan masalah pribadi, sehingga karyawan dapat bekerja dengan lebih baik lagi. Program EAP ini akan berjalan dengan lancar apabila didukung penuh oleh manajemen puncak dan dilakukan promosi program dan edukasi yang terus menerus.