

## Manajemen stres bagi manajer PT. X

Meity Farida Sita Devi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=96810&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Masalah utama yang dihadapi PT- X adalah penurunan produktivitas kerja serta peningkatan laju turn over manajerial. Dari analisa permasalahan ditemukan salah satu penyebab adalah terjadinya stres kerja para manajer akibat kebijakan pengembangan karir secara lateral dan perangkapan jabatan manajerial. Kebijakan tersebut dilakukan karena adanya kebutuhan mendesak perusahaan untuk memperoleh calon pengganti pimpinan puncak dan mengisi posisi yang terjadi karena pengembangan usaha dan pengunduran diri manajer.

Kebijakan pengembangan karir lateral menimbulkan ketidaknyamanan para manajer menempati posisi baru, mereka merasa tidak siap dan tidak menguasai bidang kerja baru, sementara pada saat bersamaan dituntut untuk terlibat dalam kegiatan teknis operasional, pengambilan keputusan dan pengendalian risiko putusan. Perangkapan jabatan menimbulkan peningkatan beban kerja dan tanggung jawab, Agar perusahaan tetap dapat menerapkan kebijakan tersebut, maka kepada para manajer perlu dilakukan pelatihan untuk meningkatkan keahlian dan pengetahuan mengelola stres kerja.

Tugas Akhir ini bertujuan untuk merancang manajemen stres bagi para manajer PT. X. Teori yang dirujuk sebagai dasar dalam mengatasi masalah adalah model pendekatan dari ILE. Newman dan T.A. Beehr (Robbins, 2003) ) yaitu melalui pendekatan individual yang bertujuan: (1) mengubah derajat stres, (2) membantu individu memodifikasi penilaiannya tentang situasi stres, (3) membantu individu mengelola stres secara efektif.

Adapun tahap yang perlu dilakukan selama proses ini adalah tahap persiapan menyusun rancangan oleh pihak konsultan melalui workshop, tahap impiementasi program ditujukan kepada para manajer pertama dan madya, dan tahap evaluasi keberhasilan program. Untuk memperoleh hasil yang maksimal dari program ini perlu adanya komitmen dari manajemen serta kerjasama dengan lembaga pelatihan yang kompeten, sehingga akhirnya membantu PT. X memiliki jajaran manajerial yang handal.