

COPING STRESS KARYAWAN BAGIAN KRD DI BALAI YASA YOGYAKARTA (BYYK) DALAM MENGHADAPI MASA PRA- ANGKUTAN LEBARAN TAHUN 2024

**Hani Pratiwi
Aneke Dewi Rahayu**

Program Studi Psikologi
Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: hanipratiwi71@gmail.com

ABSTRAK

Coping stress yaitu merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan suatu individu dalam menghadapi dan mengatasi serta mengendalikan situasi atau masalah yang sedang dialami yang dipandang sebagai ancaman, hambatan, dan tantangan yang bersifat merugikan dan menyakitkan. Teori yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori (Aldwin & Revenson, 1987) yang membagi 2 aspek coping stress yaitu problem-focused coping yang terdiri dari instrumental action, exercised caution, dan negotiation. Aspek yang kedua yaitu emotional-focused coping yang terdiri dari escapism, minimization, self-blame, dan seeking meaning. Masalah dalam penelitian ini adalah timbulnya stress pada karyawan KRD yang disebabkan oleh banyaknya tugas dan pekerjaan dengan jumlah karyawan yang terbatas saat masa pra-angkutan lebaran tahun 2024. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana gambaran coping stress yang digunakan karyawan bagian KRD di Balai Yasa Yogyakarta (BYYK) dalam menghadapi masa pra-angkutan lebaran tahun 2024. Berlokasi di Yogyakarta dengan melibatkan 4 subjek yang memiliki karakteristik karyawan bagian KRD di Balai Yasa Yogyakarta, berjenis kelamin laki-laki, dengan minimal pendidikan terakhir SMA/SMK dan berusia antara 24 hingga 35 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif studi kasus dengan teknik pengumpulan data wawancara dan observasi yang bersifat partisipan. Berdasarkan hasil penelitian coping stress yang dilakukan subjek IW adalah refleksi diri dan menjaga komunikasi, sedangkan subjek I melakukan pengendalian diri dan pemaknaan diri, subjek WM melakukan koordinasi dan meminta bantuan, dan subjek AFNS melakukan penerimaan diri. Perbedaan terkait hasil penelitian tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tingkat pendidikan, misalnya pada subjek I yang lebih terampil dalam menyelesaikan permasalahan. Faktor usia seperti pada karyawan yang lebih tua yaitu subjek I dan WM yang cenderung melakukan pencegahan dan pengelolaan emosi saat mengalami stress. Faktor terakhir yaitu masa kerja seperti pada karyawan dengan masa kerja lebih lama yaitu subjek I dan AFNS yang lebih berani untuk menyampaikan permasalahan dan pendapatnya dibandingkan subjek IW dan WM.

Kata Kunci: Coping stress, Karyawan, Stress

COPING STRESS OF THE EMPLOYEES IN THE KRD DEPARTMENT AT BALAI YASA YOGYAKARTA (BYYK) IN FACING THE EID PRE- TRANSPORTATION IN 2024

**Hani Pratiwi
Aneke Dewi Rahayu**

Psychology Department
Faculty of Business & Humanities
University of Technology Yogyakarta
Email: hanipratiwi71@gmail.com

ABSTRACT

Coping stress refers to the strategies individuals employ to confront and manage situations or issues perceived as threatening, obstructive, or harmful (Aldwin & Revenson, 1987). The coping stress theory utilized in this research, as proposed by Aldwin & Revenson (1987), delineates coping stress into two main categories: problem-focused coping, which involves taking practical actions, exercising caution, and negotiating, and emotional-focused coping, which includes escapism, minimization, self-blame, and searching for meaning. The focal point of this study is the stress experienced by KRD employees due to the high workload and limited staff during the 2024 Eid pre-transportation period. The primary objective is to elucidate the coping strategies employed by KRD employees at Balai Yasa Yogyakarta (BYYK) during the 2024 Eid pre-transportation period. This study, conducted in Yogyakarta, encompasses four participants who are male KRD employees at Balai Yasa Yogyakarta, possess a minimum high school education level, and fall within the age range of 24 to 35 years. The research methodology employed is a qualitative case study approach, utilizing data collection methods such as interviews and participant observation. Based on the research results, it can be concluded that overall, the coping stress carried out by the IW subject is self-reflection, seeking advice and help, as well as maintaining communication, while subject I carry out self-control and self-managing, the WM subject does coordinate and asks for help, and the coping stress carried out by AFNS tends towards self-acceptance. Several factors cause the difference in the study's results, likely the level of education, for example, in subject I, who is more skilled in solving problems. Age factors, such as in older employees, subjects I and WM, tend to prevent and manage emotions when experiencing stress. The last factor is working periods, such as in employees with longer working periods, subject I and AFNS, who are more courageous in conveying their problems and opinions than IW and WM subjects.

Keywords: Coping stress, Employees, Stress