*COPING* STRES PADA PEKERJA DESAIN

Muh. Gufron Maftuh A. Alfain

Program Studi Psikologi

Fakultas Humaniora

Universitas Teknologi Yogyakarta

Abstrak

Industri percetakan merupakan salah satu bagian dari sekian banyak usaha industri yang potensial. Industri percetakan sendiri erat hubungannya dengan berbagai macam produk-produk media cetak baik yang bersifat komersial seperti katalog, brosur, kemasan, ataupun yang bersifat personal seperti kartu nama, presentasi maupun tugas akademik. Tingginya minat masyarakat terhadap produk yang dihasilkan oleh industri percetakan memicu perkembangan industri yang sangat pesat. Di Yogyakarta, khususnya di Sleman terdapat beberapa perusahaan percetakan dengan skala besar sehingga berdampak pada persaingan bisnis yang semakin ketat. Karyawan merupakan ujung tombak dari sebuah perusahaan, karena karyawan merupakan aset penting agar perusahaan dapat menjalankan aktivitas perusahaan dengan baik. Karyawan desain sebagai *front office* perusahaan dituntut untuk bekerja lebih giat, cepat dan selalu memberikan inovasi terbaru untuk menunjukkan kualitas pekerjaannya. Tidak jarang banyak karyawan tidak mampu menerima beban kerja yang diberikan oleh perusahaan sehingga membuat karyawan menjadi stres. Hal ini tentu merugikan karena dapat mengurangi produktivitas kerja. *Coping* merupakan upaya dalam menghadapi masalah pada karyawan yang mengalami stres. Pada pekerja desain *coping* stres sangat dibutuhkan untuk mengelola stres yang dikibatkan oleh tuntutan perusahaan yang tidak mampu diterima. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi *coping coping* yang dilakukan oleh pekerja desain. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini merupakan karyawan desain yang berusia antara 19-23 tahun. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak empat orang dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Dari penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan bahwa para pekerja desain menggunakan strategi *coping* yang berbeda-beda menurut permasalahan yang sedang dihadapi. Dalam penelitian ini, strategi *coping* yang lebih ditonjolkan oleh masing-masing subjek diantaranya: *self blame, exercised, direct action, escapism, negotiation,* dan *seeking meaning.*

Kata kunci: Karyawan, *Coping* Stres, Stres Kerja