

HUBUNGAN *OCCUPATIONAL STRESS* DENGAN *QUALITY OF WORK LIFE*

Daniel Djie

Jurusan Psikologi

Pembimbing: (I) Dr. Dra. Laurentia Verina Halim Secapramana M.M., (II) Listyo Yuwanto, S. Psi., M. Psi.

ABSTRAK

Quality of work life merupakan terpenuhinya kebutuhan pokok melalui kegiatan, sumber daya, dan hasil dari partisipasi di tempat kerja. Akhir-akhir ini, perusahaan mulai mengabaikan nilai-nilai kemanusiaan yang menjadi inti dari *quality of work life* pada pegawai, namun lebih berfokus terhadap kemajuan teknologi, produktivitas, serta pertumbuhan ekonomi. Dalam meningkatkan produktivitas, perusahaan sering kali memberi jadwal lembur kepada pegawai yang mana akan berdampak pada *work and non-work life balance* pegawai dan dapat menimbulkan stres ditempat kerja. *Occupational stress* adalah stres yang berkaitan dengan tempat kerja. Stres merupakan kondisi psikologis serta fisik individu yang dipengaruhi oleh kekurangan sumber daya individu untuk menanggulangi tekanan dan tuntutan dalam situasi tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *occupational stress* dengan *quality of work life* serta seberapa besar pengaruhnya pada pegawai perusahaan agen tour & travel X di kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik survei. Penelitian membuktikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *occupational stress* dengan *quality of work life* dengan nilai korelasi sebesar $-0,537$, $p < 0,05$. Lebih lanjut, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa semua aspek *occupational stress* juga memiliki korelasi negatif dengan *quality of work life*. Selain itu juga ditemukan bahwa ada asosiasi antara jabatan, kebiasaan merokok, dan konsumsi minuman keras dengan *quality of work life* pada pegawai perusahaan X.

Kata kunci : agen tour & travel, *occupational stress*, *quality of work life*

CORRELATION OF OCCUPATIONAL STRESS AND QUALITY OF WORK LIFE

Danniel Djie
Psychology

Contributor: (I) (I) Dr. Dra. Laurentia Verina Halim Secapramana M.M., (II)
Listyo Yuwanto, S. Psi., M. Psi.

ABSTRACT

Quality of work life is the fulfillment of basic needs through activities, resources, and the results of participation in the workplace. Lately, companies have begun to ignore the human values which is the core of employee's quality of work life, but rather to focus on productivity, technological advancement, and economic growth. In order to increase productivity, companies often give employees overtime schedules which will have an impact on the work and non-work life balance of employees and can cause stress in the workplace. Occupational stress is stress related to the workplace. Stress is an individual's psychological and physical condition that is affected by a lack of individual resources to cope with the demands and pressures in a situation. This study aims to determine the relationship between occupational stress and the quality of work life on the employees of tour & travel agent company X in Surabaya. This research was conducted with a quantitative correlational method using survey techniques. Occupational stress was shown to have negative correlation with quality of work life ($r=-0.537$, $p < 0.05$). Furthermore, the study also showed that all aspects of occupational stress had a negative correlation with quality of work life. In addition, it was also found that there was association between quality of work life with job position, smoking habit, and alcohol consumption on company X employees.

Keywords: occupational stress, quality of work life, tour & travel agency