

ABSTRAK

Indonesia adalah salah satu negara dengan kekayaan alam yang sangat melimpah, berbagai kekayaan alam tersebar di berbagai kawasan di Indonesia dan salah satunya yaitu sumber daya di sektor pertambangan. Pertambangan menjadi semakin kompleks dan semakin modern dengan adanya tuntutan pada tenaga kerja, seperti dalam hal penguasaan teknologi baru, batasan waktu yang lebih ketat, perubahan tuntutan terhadap hasil kerja, serta perubahan dalam peraturan kerja yang dapat menimbulkan suatu situasi yang menekan pekerja, dalam menjalankan pekerjaannya, pekerja dapat mengalami tekanan atau yang dinamakan stres kerja, stres kerja juga bisa diartikan sebagai sumber atau stressor kerja yang menyebabkan reaksi individu berupa reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku. Untuk meminimalisir stres kerja terdapat strategi yang dapat diterapkan oleh karyawan yaitu strategi coping. Strategi coping adalah istilah yang diberikan ketika orang bereaksi dengan cara yang berbeda terhadap persepsi mereka tentang ancaman, bahaya, dan kerugian. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi coping stres kerja pada karyawan tambang di pt. X. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur kepada 4 orang karyawan tambang di pt. X. Data di analisis menggunakan manual coding dengan analisa tematik. Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa strategi coping stres kerja pada karyawan tambang diidentifikasi berdasarkan empat tema yaitu: (1) situasi tertekan karyawan tambang (2) yang dirasakan karyawan tambang secara fisik dan mental (3) strategi coping stres kerja pada karyawan tambang (4) hasil yang dirasakan ketika selesai melakukan strategi coping.

Kata kunci: strategi coping stres kerja, karyawan tambang pt. X

ABSTRACT

Indonesia is one of the countries with very abundant natural wealth, various natural resources are scattered in various regions in Indonesia and one of them is resources in the mining sector. Mining is becoming more complex and more modern with demands on labor, such as in terms of mastering new technology, stricter time limits, changes in demands on work output, and changes in work regulations which can lead to a situation that puts pressure on workers, in carrying out their work. , workers can experience pressure or what is called work stress, work stress can also be interpreted as a source or work stressor that causes individual reactions in the form of physiological, psychological and behavioral reactions. To minimize work stress, there are strategies that can be implemented by employees, namely coping strategies. Coping strategy is the term given when people react in different ways to their perceptions of threats, harm and loss. This study aims to determine the work stress coping strategies for mining employees at PT. X. This study uses a qualitative research method with a phenomenological approach. The data collection method used semi-structured interviews with 4 mining employees at PT. X. Data were analyzed using manual coding with thematic analysis. Based on the results of the interviews, it can be concluded that work stress coping strategies for mine employees are identified based on four themes, namely: (1) mine employees' stressful situation (2) what mine employees feel physically and mentally (3) work stress coping strategies for mine employees (4) perceived results when completing coping strategies.

Keywords: *Work Stress Coping Strategies, Mining Employees of PT. X*