

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL**

Skripsi, Juli 2023

FADHLAN ARRASYID HADIZEIN
NPM 2019110165

**EMPLOYEE ASSISTANCE PROGRAM DALAM MENGELOLA STRES KERJA
PADA KARYAWAN DI KOMPAS GRAMEDIA JAKARTA**

xxiii + 138 Halaman + 2 Tabel + 10 Gambar + 10 Lampiran

ABSTRAK

Salah satu upaya memberikan asistensi terhadap masalah karyawan di tempat kerja adalah melalui *Employee Assistance Program* (EAP) yang dinilai sebagai program intervensi proaktif dan reaktif dalam mengidentifikasi serta menyelesaikan masalah pada karyawan yang berdampak buruk terhadap kinerja dan kesejahteraannya. Di Indonesia sendiri, belum banyak perusahaan yang menerapkan *Employee Assistance Program* selain perusahaan-perusahaan multinasional. Salah satu perusahaan di Indonesia yang menerapkan *Employee Assistance Program* adalah Kompas Gramedia Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan ruang lingkup *Employee Assistance Program* di Kompas Gramedia Jakarta dalam mengelola stres kerja karyawan; dan mengetahui tantangan dan hambatan pelaksanaan *Employee Assistance Program* di Kompas Gramedia Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dan penentuan informan menggunakan *purposive sampling* dan *snowball sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi layanan *Employee Assistance Program* di Kompas Gramedia Jakarta telah mengembangkan perencanaan program melalui tiga layanan utama, yaitu *medical center*, pojok konseling, dan pojok finansial. intervensi yang diberikan oleh pojok konseling untuk menangani masalah mental, yaitu terapi perilaku, CBT, *mindfulness*, *brainspotting*, hingga meditasi. Penyebab adanya stres pada karyawan di Kompas Gramedia Jakarta adalah tekanan *deadline* pekerjaan, kondisi kerja yang tidak pasti, beban kerja tambahan, ambiguitas peran, serta lingkungan kerja yang terlalu fleksibel. Kurangnya kesadaran karyawan terhadap kesehatannya dan kebutuhan layanan yang sudah disediakan serta masalah komunikasi yang belum efektif masih menjadi hambatan pelaksanaan *Employee Assistance Program* di Kompas Gramedia Jakarta dan tantangan yang perlu dihadapi adalah mencari cara untuk bisa meningkatkan kesadaran karyawan akan layanan yang ada dengan terus memaksimalkan cara yang sudah ada.

Daftar Pustaka : 61 Referensi (2001 - 2022)

Kata Kunci : *Employee Assistance Program*, Stres Kerja, Karyawan,
Kompas Gramedia

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL**

Skripsi, Juli 2023

FADHLAN ARRASYID HADIZEIN
NPM 2019110165

**EMPLOYEE ASSISTANCE PROGRAM IN MANAGING OCCUPATIONAL
STRESS IN EMPLOYEES AT KOMPAS GRAMEDIA JAKARTA**

xxiii + 138 Pages + 2 Table + 10 Images + 10 Attachments

ABSTRACT

One of the efforts to provide assistance with employee problems in the workplace is through the Employee Assistance Program (EAP) which is considered a proactive and reactive intervention program in identifying and resolving employee problems that have a negative impact on their performance and welfare. In Indonesia alone, not many companies have implemented an Employee Assistance Program other than multinational companies. One of the companies in Indonesia implementing the Employee Assistance Program is Kompas Gramedia Jakarta. This study aims to describe the scope of the Employee Assistance Program at Kompas Gramedia Jakarta in managing employee work stress; and knowing the challenges and obstacles to implementing the Employee Assistance Program at Kompas Gramedia Jakarta. This study uses a descriptive qualitative research method. Data collection is done by way of interviews, observation, and documentation. And the determination of informants using purposive sampling and snowball sampling. The results of this study indicate that the implementation of the Employee Assistance Program service at Kompas Gramedia Jakarta has developed program planning through three main services, namely the medical center, pojok konseling, and pojok finansial. interventions provided by the pojok konseling to deal with mental problems, namely behavior therapy, CBT, mindfulness, brainspotting, to meditation. The causes of stress on employees at Kompas Gramedia Jakarta are pressure from work deadlines, uncertain working conditions, additional workload, role ambiguity, and an overly flexible work environment. Lack of employee awareness of their health and the need for services that have been provided as well as ineffective communication problems are still obstacles to the implementation of the Employee Assistance Program at Kompas Gramedia Jakarta and the challenge that needs to be faced is to find ways to increase employee awareness of existing services by continuing to maximize the ways that already available.

References : 61 References (2001 - 2022)

Keywords : Employee Assistance Program, Occupational Stress,
Employee, Kompas Gramedia