

ABSTRACT

Workload is a magnitude of the work embraced by employees in the company / organization. Large workloads can impact on stress work: Factors that cause the workload and work stress are internal and external factors of individual employees. Of these factors that affect the employees are required to cope with load and work stress to improve its performance. PT Bank Pembiayaan Rakyat Syariah Bhakti Sumekar is BUMD in Sumenep In that are engaged in financing, funding, and banking. The purpose of this research is to know how employee strategies in overcoming workload and work stress in work and how employees improve their performance as well as what companies do in helping improve performance and employee productivity. This research uses qualitative methods, where the data collection uses interviews with employees who are the subjects in this study. The subjects in this study consisted of 3 staff members, 2 managers, and 2 company directors. Determination of research subjects using purposive sampling, which is based on certain criteria and considerations. Data analysis technique by using data reduction, data presentation and concludes. The results of this study indicate that employees who have a large workload can have an impact on work stress, besides the burden and stress can reduce employee performance. To overcome this, the company also provides facilities to motivate employees to work.

Keywords: workload, work stress, employee performance

ABSTRAK

Beban kerja merupakan besaran pekerjaan yang dipikul oleh karyawan dalam perusahaan/organisasi. Beban kerja yang besar dapat berdampak pada stres kerja. Faktor yang menyebabkan beban kerja dan stres kerja yaitu faktor internal dan eksternal dari individu karyawan. Dari faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut karyawan dituntut untuk dapat mengatasi beban dan stres kerja untuk meningkatkan kinerjanya. PT. Bank Pembiayaan Rakyat Syariah Bhakti Sumekar merupakan BUMD di Kabupaten Sumenep yang bergerak di bidang pembiayaan, pendanaan, dan perbankan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana strategi karyawan dalam mengatasi beban kerja dan stres kerja dalam bekerja dan bagaimana karyawan meningkatkan kinerjanya serta apa yang dilakukan perusahaan dalam membantu meningkatkan kinerja dan produktivitas karyawan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dimana pengumpulan data menggunakan wawancara kepada karyawan yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 3 orang staf, 2 orang manajer, dan 2 orang direktur bidang perusahaan. Penentuan subjek penelitian dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu berdasarkan kriteria dan pertimbangan tertentu. Teknik analisis data dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karyawan yang mempunyai beban kerja yang besar dapat berdampak pada stres kerja, selain itu beban dan stres dapat menurunkan kinerja karyawan. Untuk mengatasi hal tersebut perusahaan juga memberikan fasilitas agar karyawan termotivasi dalam bekerja.

Kata kunci: beban kerja, stres kerja, kinerja karyawan.