

**FUNGSI PENDAMPINGAN PASTORAL KONSELING BAGI
KARYAWAN YANG MENGALAMI STRES KERJA PADA
PT.SINAR PRATAMA CEMERLANG DI MANADO**

ALVIRA RIVANI LESAWENGEN

220405005

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pentingnya kesejahteraan mental dan manajemen stres kerja di PT. Sinar Pratama Cemerlang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, penelitian ini menganalisis kondisi kerja di perusahaan, faktor-faktor penyebab stres, serta peran pastoral konseling dalam mendukung kesejahteraan karyawan. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara mendalam dengan karyawan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa tekanan kerja, beban kerja yang berlebihan, dan konflik interpersonal merupakan penyebab utama stres kerja di perusahaan. Selain itu, kebijakan perusahaan yang tidak memadai dalam menangani kesejahteraan mental karyawan memperburuk situasi. Pastoral konseling terbukti efektif dalam memberikan dukungan emosional dan spiritual, membantu karyawan mengatasi stres kerja dan meningkatkan produktivitas. Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya peran manajemen dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan mendukung, serta mengintegrasikan pendekatan pastoral konseling sebagai bagian dari strategi manajemen stres di perusahaan.

Kata-kata Kunci: Stres kerja, pastoral konseling, kesejahteraan mental, manajemen stres, produktivitas karyawan.

**PASTORAL COUNSELING FUNCTION FOR EMPLOYEES
EXPERIENCED WORK STRESS AT
PT. SINAR PRATAMA CEMERLANG IN MANADO**

ALVIRA RIVANI LESAWENGEN

220405005

ABSTRACT

This research aims to explore the importance of mental well-being and work stress management in PT. Pratama Cemerlang Rays. Using a descriptive qualitative approach, this research analyzes working conditions in companies, factors that cause stress, and the role of pastoral counseling in supporting employee welfare. Data was collected through observation and in-depth interviews with employees. Research findings show that work pressure, excessive workload, and interpersonal conflict are the main causes of work stress in companies. Additionally, inadequate company policies in addressing employee mental well-being exacerbate the situation. Pastoral counseling has been proven to be effective in providing emotional and spiritual support, helping employees overcome work stress and increasing productivity. The results of this research show the important role of management in creating a healthy and supportive work environment, as well as integrating a pastoral counseling approach as part of the company's stress management strategy.

Keywords: *Work stress, pastoral counseling, mental well-being, stress management, employee productivity.*