

ABSTRACT

Organizations, to maintain its competitiveness, rely on its employees to deliver the demands imposed on them. The demand is categorized as challenge and hindrance stressors, referring to its career related outcome. The demands, regardless of the eventual outcome of it, will impact towards an increase of the psychological strain. Furthermore, as discussed by previous empirical research, conscientiousness although beneficial to individual career achievement will eventually strengthen the chance of attaining psychological strain. Hence, the research aims to understand further the positive influence of challenge stressors on psychological strain, with conscientiousness as the moderating variable.

The research uses quantitative approach along with survey method to analyze the variable discussed within this research. The research also managed to collect 132 respondents' data and use 114 respondents' data in accordance with the predetermined criteria.

The result showed that challenge stressors positively influence psychological strain, with the strain comes from the process of coping and appraising the challenge stressors. Conscientiousness moderates the positive influence of challenge stressors on psychological strain, with conscientiousness becoming the influencing factor on resource allocation process. A conscientious individual showed on the result are more likely to allocate resources to cope and appraise challenge stressors, leaving less to no resources to mitigate the effect of strain.

Keywords: Stressor, strain, work stressors, conscientiousness

ABSTRAK

Organisasi, untuk mempertahankan daya saingnya, bergantung pada karyawannya untuk menyelesaikan beban yang diberikan pada mereka. Beban tersebut dikategorikan sebagai *challenge* dan *hindrance stressor*, mengacu pada hasil terkait karirnya. *Conscientiousness*, terlepas dari manfaat positifnya, akan berdampak pada peningkatan *psychological strain*. Seperti yang dibahas oleh penelitian empiris sebelumnya, *conscientiousness* meskipun bermanfaat bagi pencapaian karir individu akhirnya akan memperkuat peluang untuk memperoleh *psychological strain*. Penelitian ini bertujuan untuk memahami lebih lanjut hubungan positif *challenge stressors* kepada *psychological strain*, dengan *conscientiousness* sebagai variabel moderasi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode survei untuk menganalisis variabel. Penelitian ini juga berhasil mengumpulkan 132 data responden dan menggunakan 114 data responden yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *challenge stressors* secara positif mempengaruhi *psychological strain*, dengan *strain* yang berasal dari proses mengatasi dan menilai *challenge stressors*. *Conscientiousness* memoderasi pengaruh positif dari *challenge stressors* pada *psychological strain*, dengan *conscientiousness* yang menjadi faktor mempengaruhi proses alokasi sumber daya untuk mengatasi dan menilai *challenge stressors*, meninggalkan sedikit sumber daya untuk mengurangi efek *strain*.

Kata kunci: Stres, *strain*, tuntutan kerja, *conscientiousness*