

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini disimpulkan memiliki hubungan yang signifikan antara *Social Support* dengan Stres Kerja di masa pandemi pada anggota Dalmas Dit Samapta Polda Metro Jaya. Terdapat hubungan negatif (nyata) yang menunjukkan bahwa semakin rendah *social support* maka semakin tinggi stres kerja. Sebaliknya, semakin tinggi *social support* semakin rendah stres kerja. Sehingga pada penelitian ini terbukti dapat menjawab rumusan masalah yang peneliti buat pada bab sebelumnya dengan Hipotesis Alternatif (Ha) pada penelitian ini diterima sedangkan Hipotesis Nol (Ho) ditolak.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

5.2.1 Saran Praktis

Bagi Sat Samapta Polda Metro Jaya diharapkan dapat menjadi wadah yang baik untuk menampung segala informasi berupa keluhan, masukan terkait dinamika tugas. Sehingga masalah stres kerja dapat ditanggulangi, sebelum stressor kerja tersebut muncul. Terutama di bagian satuan fungsi yang memiliki potensi tekanan pekerjaan yang tinggi.

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti stres kerja khususnya di instansi kepolisian agar menghubungkan variabel lain yang berperan seperti gaya kepemimpinan, tipe kepribadian, struktur organisasi, konflik dalam pekerjaan. Disarankan pula untuk peneliti selanjutnya menggunakan teori-teori baru untuk memperkaya literatur dalam penelitian.