

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan membahas mengenai kesimpulan dan saran hasil dari penelitian.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Terdapat korelasi antara *problem focus coping* dan stres kerja polisi lalu lintas Polda Metro Jaya satuan penjingaan dan pengaturan (Gatur), korelasi tersebut negatif yang berarti semakin tinggi *problem focus coping*, maka tingkat stres kerja akan rendah dan jika *problem focus coping* rendah, maka tingkat stres kerja akan tinggi.
- b. Tingkat *problem focus coping* sebesar 95.2 % dari 105 subjek berada dalam kategori sedang.
- c. Tingkat stres kerja sebesar 91.5% dari 105 subjek berada pada kategori sedang, 3.6% pada kategori tinggi dan 7.4% pada kategori rendah.
- d. Kategori berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa subjek memiliki rata-rata persentase berada pada kategori sedang dan tidak menunjukkan adanya perbedaan yang cukup besar.

5.2 Saran

Merujuk pada kesimpulan, peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu :

- a. Bagi polisi lalu lintas
 1. Diharapkan dapat menerapkan dan mengembangkan *problem focus coping*, peneliti berharap dengan memiliki *problem focus coping*, maka stres yang timbul dapat diminimalisir.
- b. Bagi penelitian selanjutnya
 1. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti maupun mengembangkan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk mencari variabel-variabel lain seperti dukungan sosial, *hardiness*, dan beban kerja yang diduga memiliki hubungan dan

berkontribusi terhadap variabel stres kerja serta metode yang berbeda.

2. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mempertimbangkan pengambilan subjek penelitian diluar satuan penjagaan dan pengaturan (Gatur), waktu saat pengambilan data penelitian agar mempertimbangkan situasi saat polantas sedang bertugas.

c. Bagi Polda Metro Jaya

1. Diharapkan dapat memberikan informasi maupun pendidikan dan pengembangan yang diperlukan mengenai *problem focus coping*, pengembangan dapat terkait pelatihan manajemen stres dan lainnya.

