

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa hasil uji hipotesis yang diajukan diterima, artinya ada pengaruh antara beban kerja terhadap stres kerja pada anggota Satuan III Pelopor Korps Brimob Polri. Semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi stres kerja, sebaliknya semakin rendah beban kerja semakin rendah juga stres kerjanya. Hal ini berdasarkan uji statistik yang menggunakan uji regresi sederhana yang dilihat pada tabel Anova didapatkan nilai F sebesar 47.252 dengan nilai signifikansinya

yaitu (≤ 0.000), dengan demikian bahwa beban kerja memengaruhi stres kerja pada anggota Satuan III Pelopor Mako Korps Brimob Polri.

Berdasarkan hasil uji regresi bahwa beban kerja memiliki pengaruh sebesar 28,7 % terhadap stres kerja, sedangkan sisanya sebesar 71,3 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Hasil uji regresi yang telah dilakukan pada variabel beban kerja dan stres kerja diperoleh nilai R sebesar 0,536 yang menunjukkan arah hubungan positif dan nilai R pada kedua variabel memiliki keeratan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, anggota Satuan III Pelopor dalam penelitian ini memiliki beban kerja pada kategori sedang dan stres kerja pada kategori sedang. Hal ini berarti penelitian ini memiliki beban kerja yang sedang

sehingga dapat menyebabkan terjadinya stres kerja pada anggota Satuan III Pelopor Korps Brimob Polri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Bagi instansi, diharapkan untuk lebih memperhatikan kesejahteraan dan menjaga keamanan anggota Brimob nya serta lebih meningkatkan pemeriksaan keadaan psikologis dan fisik anggotanya secara berkala demi mencegah stres diakibatkan tekanan kerja yang tinggi.
2. Bagi anggota Korps Brimob Polri
 - a. Khususnya bagi anggota Satuan III Pelopor diharapkan untuk melakukan hal-hal yang positif, meningkatkan kesadaran diri, meningkatkan hubungan yang baik dengan lingkungan sosialnya, dan melakukan konseling, untuk mencegah terjadinya stres selama bekerja atau selama di tempat penugasan.
 - b. Setiap anggota Brimob dapat melakukan pengendalian diri melalui berbagai latihan menghadapi tekanan sebelum mereka bertugas di lapangan
3. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan teknik alat ukur yang lebih tepat dan baik. Selain itu, diharapkan memperhatikan dan menambahkan variabel lebih banyak dengan model-model yang lebih memperlihatkan realita sesungguhnya di lapangan.