

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kinerja pada anggota Kompi A Subbagpamkol Yanma Polri, sehingga hipotesis penelitian diterima.

5.2 Saran

5.2.1 Teoritis

Disarankan dapat menambah hubungan keterkaitan dengan variabel-variabel lainnya dan menambah indikator-indikator yang mempengaruhi kinerja Anggota Subbagpamkol Yanma Polri.

5.2.2 Praktis

Bagi Anggota Kompi A Subbagpamkol hendaknya melaksanakan kegiatan pekerjaan sebagai suatu tantangan agar dapat menikmati pekerjaannya, sehingga dapat meningkatkan kinerja dan juga terhindar dari Stress kerja.

Hasil penelitian ini juga memberikan masukan sebagai bahan pertimbangan pimpinan guna memberikan program-program yang dapat mengurangi stress kerja seperti pelatihan, konsultasi dan kebijakan yang terkait dengan beban kerja dan penghargaan kepada anggota agar terhindar dari stress kerja dan juga bermanfaat bagi peningkatan kinerja anggota Kompi A Subbagpamkol Yanma Polri.