

## BAB V

### PENUTUP

Dalam bab ini menguraikan tentang rangkuman hasil penelitian dalam pembahasan, kesimpulan dan saran-saran.

#### A. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan *bivariate correlation* maka dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi ( $r$ ) antara kecerdasan emosional dengan *burnout* sebesar  $r_{xy} = -0,616$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara kecerdasan emosional dengan *burnout*, artinya semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki oleh Polantas, maka semakin rendah tingkat *burnout*-nya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat *burnout*-nya.

Hal ini sesuai dengan pendapat menurut Shapiro (dalam Hidayati dkk, 2008) bahwa kecerdasan emosional akan memengaruhi perilaku tiap individu dalam mengatasi permasalahan yang muncul pada diri sendiri termasuk dalam permasalahan kerja. Kecerdasan emosional lebih memungkinkan seorang karyawan mencapai tujuannya. Kesadaran diri, penguasaan diri, empati dan kemampuan sosial yang baik merupakan kemampuan yang sangat mendukung karyawan didalam pekerjaannya yang penuh tantangan serta persaingan diantara rekan kerja. Sehingga dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional sangat

dibutuhkan oleh setiap polisi untuk menjauhkan atau menetralsir permasalahan *burnout*.

Adanya kecerdasan emosional yang tinggi, individu akan memiliki kestabilan emosi. Kestabilan merupakan kemampuan individu dalam memberikan respon yang memuaskan dan kemampuan dalam mengendalikan emosinya sehingga mencapai suatu kematangan perilaku. Seseorang yang memiliki kestabilan emosi akan mempunyai penyesuaian diri yang baik, mampu menghadapi kesukaran dengan cara obyektif serta menikmati kehidupan yang stabil, tenang, merasa senang, tertarik untuk bekerja dan berprestasi, mampu memotivasi diri terhadap kritik, tidak melebih-lebihkan kesenangan ataupun kesusahan sehingga ia dapat mengelola kebutuhan-kebutuhan primitif yang lebih banyak dipengaruhi emosi belaka.

Demikian pentingnya kecerdasan emosional dalam dunia kerja, hingga banyak penelitian menyebutkan keterampilan ini berpengaruh pada prestasi kerja seorang pegawai, karena Kecerdasan emosional mampu mengurangi stress pada situasi-situasi sulit (Bradberry & Greaves, 2009).

Berdasarkan hasil kategorisasi pada penelitian ini, skor *burnout* berada pada kategori rendah dan skor kecerdasan emosional berada pada kategori sedang. Hal ini menjelaskan bahwa *burnout* yang dialami Polantas masih sedikit, sehingga kecerdasan emosional yang dimiliki masih cukup baik.

Mengetahui data kontrol, bahwa kelompok subjek penelitian yang berusia 20–40 tahun memiliki *burnout* yang lebih tinggi dari rata rata *burnout* pada umumnya, hal ini sesuai dengan penelitian Maslach (1982) yang menyatakan

bahwa *burnout* paling banyak dijumpai pada individu yang berusia muda, karena pekerja pemberi layanan di usia muda dipenuhi dengan harapan yang tidak realistis dan mudah terpancing emosi, jika dibandingkan dengan individu yang berusia lebih tua. Seiring pertambahan usia pada umumnya individu menjadi lebih matang, lebih stabil, dan lebih teguh sehingga memiliki pandangan yang lebih realistis. Adapun faktor lama kerja turut mempengaruhi, dimana individu yang lebih lama kerja akan lebih mengerti akan tugas dan kondisi kerja yang dijalankan sehingga dalam menghadapi situasi yang tidak diinginkan individu ini akan lebih dapat bersikap secara tenang, menyalurkan antara pikiran dan emosi secara baik dan terkontrol. Faktor lainnya yaitu jenis kelamin, bahwa pria yang dalam penelitian ini memiliki *burnout* yang lebih tinggi dari rata – rata *burnout* pada umumnya, karena sebagian besar Polantas pria yang ditugaskan di lapangan, dimana yang setiap harinya berada di jalan raya dengan kondisi lingkungan kerja yang panas, debu, dan bising ditambah banyak bertemu dengan berbagai karakter pengguna jalan, hal ini dapat menjadi pemicu Polantas lebih bersikap acuh, mudah tersulut emosi, jengkel, atau cemas sehingga menyebabkan timbulnya *burnout*., dan menurut Maslach (1982) pria yang mengalami *burnout* cenderung mengalami depersonalisasi.

## B. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *burnout* dengan arah negatif pada polisi fungsi lalu lintas di Polresta Bekasi. Didapatkan nilai korelasi  $r_{xy} = -0,616$ , dapat diartikan semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah *burnout*nya, dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat *burnout*nya. Sumbangan efektif kecerdasan emosional dengan *burnout* pada polisi fungsi lalu lintas sebesar 38% dan sisanya sebesar 62% berasal dari faktor lain yang ikut mempengaruhi *burnout*.

## C. Saran-saran

### 1. Saran Teoritis

Bagi para peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis, diharapkan mengaitkan dengan variabel-variabel lain yang berhubungan dengan kecerdasan emosional dan *burnout*, misalnya dengan tipe kepribadian seseorang, persepsi lingkungan kerja, dan konflik peran sehingga dapat memberi masukan untuk pengembangan ilmu psikologi khususnya dibidang psikologi kepolisian.

### 2. Saran Praktis

- a. Bagi anggota Polantas, setelah mengetahui kategorisasi *burnout* pada Polantas tergolong rendah dan kecerdasan emosional tergolong sedang,

maka disarankan untuk tetap dipertahankan dengan lebih ditingkatkan lagi kecerdasan emosionalnya. Hal ini dilakukan dengan cara mengelola emosi secara baik dan menyalurkannya secara tepat, mengikuti pelatihan kecerdasan emosional, dan dapat menjalankan ketentuan-ketentuan dasar profesi Polantas yaitu pengayoman dan pengabdian kepada masyarakat tanpa pamrih, dan menerapkan motto 3S (senyum, sapa, dan salam) kepada masyarakat sehingga terciptanya hubungan yang harmonis dengan rekan kerja dan masyarakat.

- b) Untuk institusi kepolisian disarankan untuk dapat membantu mempertahankan burnout yang rendah di kalangan anggota Polantas dengan cara mengembangkan keterampilan kecerdasan emosional seperti mengadakan pelatihan khusus kepemimpinan atau *training* kecerdasan emosional. Dengan demikian permasalahan *burnout* akan ternetralisir dengan baik.