

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Pekerja perempuan yang menjadi partisipan pada penelitian ini secara umum mengikuti sistem kerja yang berada di *coffeeshop X* dan pengalamannya masing-masing selama bekerja di *coffeeshop X*. Kondisi kerja di *coffeeshop X* yaitu berkaitan dengan sistem kerja, pembagian kerja dan situasi lingkungan kerja. Faktor-faktor stres kerja yang dialami masing-masing partisipan membentuk makna stres kerja berdasarkan pengalaman selama bekerja.

Analisa dari tiga partisipan menunjukkan bahwa, dalam satu tempat kerja, terdapat beberapa penyebab factor-faktor stres kerja antar pekerja. Faktor organisasional seperti hubungan tidak harmonis antara atasan dan pekerja dapat menjadi faktor stres kerja dengan implikasi fisik dan psikis, sistem kerja di *coffeeshop X* yang tidak menjelaskan *jobdesk* kerja secara detail dan hanya menyebutkan bahwa pekerja harus tunduk dan patuh terhadap perintah atasan, ketidaksesuaian dengan wawancara kerja yang dilakukannya. Masalah kerja lain yang dialami partisipan adalah soal hubungan personal antar pekerja di *coffeeshop X*. Bagi partisipan masalah kepercayaan antar teman kerja adalah hal yang wajar dalam dunia kerja, karena tidak semua teman dapat dipercaya. Iklim komunikasi yang tidak sehat mengantarkan partisipan pada rasa tidak aman dan nyaman sebagai perempuan dengan komunikasi yang tidak memiliki attitude. Faktor organisasional lainnya yang menjadi permasalahan terletak pada masalah gender dan iklim komunikasi yang minim hormat memiliki peran determinan terhadap stres kerja perempuan, beban kerja dan beragam faktor berasal dari kurangnya tenaga kerja di *coffeeshop X* sehingga *barista* harus

menangani beberapa pekerjaan yang bukan *jobdesk* nya membuat rasa tidak nyaman, kesal, dan tertekan dengan beban kerja atau perintah yang diterimanya, hal tersebut membuat partisipan menjadi seorang pembantu akibat beban yang dilimpahkan dari perintah atasan yang tidak ada di *jobdesk*. Masalah lainnya juga terletak pada hubungan interpersonal dengan atasan dan teman kerja yang memengaruhi performa kerja. Tuntutan peran dan juga tugas membuat partisipan sebagai kuli pada derajat tertentu, dalam hal ini menyebutkan ketidaksiapan *coffeeshop X* untuk mensejahterahkan para pekerjanya dari segi jaminan kesehatan dan juga jaminan karir.

Sementara makna stres kerja dari pengalaman partisipan menyimpulkan bahwa pemaknaan stres kerjanya sebagai ‘kuli’ dan ‘babu’ adalah akumulasi respon mental dan fisik dalam diri yang timbul dari perubahan, ketidakpastian, dan ketidak-nyamanan kerja di *coffeeshop X*. Makna stres kerja lainnya juga sebagai bentuk kristalisasi beban kerja dan ambiguitas kontrak kerja yang tidak sesuai dengan hak-haknya sebagai pekerja. Dampak psikologis berupa perasaan muak, benci, kecewa, dan tidak nyaman terhadap serangkaian dinamika kerja yang dihadapinya sehari-hari juga merupakan bentuk pemaknaan stres yang dirasakan partisipan. Semua partisipan sama-sama memaknai stres kerja dalam padanan kata ‘babu’, ‘kuli’ dan ‘dikerjain’, kata tersebut merupakan ekspresi perasaan ketertindasan yang diakumulasi dari pengalaman kerja sehari-hari sebagai *barista* perempuan di masa pandemi.

## **B. Saran Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, diajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi partisipan

Mengingatnya masih banyak pekerja perempuan yang bekerja di *coffeeshop* dengan berbagai macam peraturan dan standar operasional kerjanya masing-masing yang seketika bisa membuat para pekerja mengalami stres kerja. Partisipan disarankan mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat membuat partisipan mengalami stres kerja, sehingga ketika hal tersebut dialami partisipan, partisipan mampu mengatasi dengan baik dan mencegah keberlangsungan stres kerja.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki penelitian yang sama disarankan agar lebih teliti dalam melihat faktor-faktor yang muncul pada saat proses penelitian. Observasi tidak hanya dilakukan pada saat proses wawancara dan saat aktivitas kerja yang hanya dilakukan sekali. Penelitian yang melibatkan pekerja perempuan tidak cukup mudah karena pada awalnya partisipan akan cenderung menutup diri dari peneliti dikarenakan terbatas dari tempat partisipan bekerja. Maka dari itu disarankan agar peneliti selanjutnya agar lebih mau bersabar, tekun dan juga memahami keadaan partisipan untuk terus menggali data yang cukup untuk penelitian agar data yang dimiliki mampu menggambarkan dengan jelas permasalahan yang diteliti.