

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Terdapat hubungan yang positif antara stres kerja dengan perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA POLDA DIY. Hasil tersebut menunjukkan bahwa stres kerja yang semakin tinggi pula perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA DIY. Sebaliknya, semakin rendah stres kerja maka perilaku merokok pada anggota polisi DITSAMAPTA DIY juga akan semakin rendah. Dalam penelitian ini berdasarkan koefisien determinasi ditemukan bahwa stres kerja memberikan pengaruh terhadap perilaku merokok sebanyak 25,1 % sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti faktor pengaruh lingkungan dan faktor kesenangan (Chezhian, dkk., 2015). Kategorisasi dalam variabel perilaku merokok menunjukkan sebagian besar anggota polisi DIT SAMAPTA berada pada kategori perilaku merokok sedang. Sedangkan kategorisasi pada variabel stres kerja menunjukkan sebagian besar anggota polisi DIT SAMAPTA juga berada di kategori stres kerja dalam kategori sedang.

#### **B. Saran**

##### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja berkorelasi positif dengan terjadinya perilaku merokok pada anggota polisi DIT SAMAPTA POLDA DIY. Artinya terjadinya perilaku merokok di lingkungan anggota polisi

DIT SAMAPTA POLDA DIY dipengaruhi oleh stres kerja. Oleh karena itu polisi disarankan untuk mengelola kondisi stres kerja yang dialami atau ketika mengalami stres kerja disarankan polisi mengatasi stres tersebut dengan kegiatan yang lebih positif. Berdasarkan observasi peneliti, masih terdapat anggota polisi di DIT SAMAPTA yang merokok di kawasan anti merokok di lingkungan POLDA DIY, karena itu dianjurkan anggota polisi DIT SAMAPTA POLDA DIY mematuhi peraturan tersebut dan merokok pada tempat yang dikhususkan untuk merokok agar tidak mengganggu kenyamanan anggota polisi lain yang tidak merokok. Pada anggota DIT SAMAPTA POLDA DIY yang memiliki tingkat merokok berat disarankan untuk mengurangi intensitas merokok.

#### **b. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan terkait penelitian stress dengan perilaku merokok pada polisi. Penelitian selanjutnya dapat meneliti pada unit lain di kepolisian selain DIT SAMAPTA. Pada penelitian ini sumbangan efektif stres kerja terhadap perilaku merokok sebesar 25,1 %, peneliti selanjutnya dapat menggali faktor-faktor perilaku merokok di luar stres kerja sebesar 74,9 % yang berpengaruh terhadap perilaku merokok pada polisi. Sehingga faktor-faktor penyebab perilaku merokok dapat diketahui dan dipelajari.