

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka kesimpulan yang didapatkan adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan penelitian didapatkan mean hipotetik pada variabel dukungan sosial rekan kerja yaitu sebesar 40 sedangkan mean empirik pada variabel dukungan sosial rekan kerja yaitu 45.96. Sedangkan, pada variabel stress kerja mean hipotetik yaitu 40 sedangkan untuk mean empirik yaitu 30.66.
2. Hasil kategorisasi pada variabel stress kerja pada penelitian ini yaitu diperoleh hasil kategori tinggi sebesar 0% (0 subjek), kategori sedang sebesar 38% (32 subjek), dan untuk kategori rendah sebesar 62% (53 subjek). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian memiliki stress kerja yang tergolong rendah. Sedangkan, pada variabel dukungan sosial diperoleh hasil kategori tinggi sebesar 39% (33 subjek), kategori sedang sebesar 61% (52 subjek), dan untuk kategori rendah sebesar 0% (0 subjek). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pada penelitian memiliki stress kerja yang tergolong sedang.
3. Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh distribusi yang tidak normal yaitu pada variabel dukungan sosisl rekan kerja diperoleh K-S Z = 0.116 dengan $p = 0.006$. Sedangkan, pada variabel stress kerja diperoleh K-S Z

= 0.084 dengan $p = 0.199$, sehingga dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada variabel stress kerja berdistribusi normal.

4. Berdasarkan uji linieritas dari kedua variabel dukungan sosial dengan stress kerja didapat yaitu nilai $F = 1.583$ dengan $p = 0.084$. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara dukungan sosial rekan kerja dengan stress kerja
5. Berdasarkan pedoman yang digunakan untuk uji hipotesis ini yaitu apabila $p < 0.05$ berarti ada korelasi, dan apabila $p \geq 0.05$ berarti tidak ada korelasi. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi $r = -0.408$ dengan $p = 0.000$, hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat di terima. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial rekan kerja dengan stress kerja pada karyawan CV. Complete Selular.
6. Berdasarkan hasil analisa diperoleh R square sebesar 0.166 Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada variabel dukungan sosial rekan kerja mempunyai kontribusi sebesar 16.6 % terhadap variabel stress kerja dan sisanya 83,4 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan, berikut ini didapatkan beberapa saran antara lain sebagai berikut:

1. Saran kepada pihak perusahaan

Pada pihak perusahaan diharapkan dapat membuat lingkungan tempat kerja yang nyaman, yang dimaksud lingkungan yang nyaman ini yaitu lingkungan yang didalamnya terjalin komunikasi yang baik antara atasan dengan bawahan maupun dengan sesama rekan kerja. Perusahaan juga diharapkan dapat mengembangkan dan memelihara hubungan komunikasi antara sesama rekan kerja dan dukungan sosial yang positif yang telah dimiliki oleh karyawan pada CV. Complete Selular.

2. Saran kepada subjek penelitian

Berdasarkan hasil pada penelitian tingkat stress kerja pada penelitian ini relatif rendah dan tingkat dukungan sosial yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut di sarankan bagi karyawan CV. Complete Selular sebagai subjek dalam penelitian ini untuk dapat mempertahankan dengan baik hubungan komunikasi sesama rekan kerja dan dapat terus memelihara serta diharapkan dapat meningkatkan dukungan sosial sesama rekan kerja yang dinilai sudah cukup baik pada CV. Complete Selular sehingga, dengan terpeliharanya komunikasi yang baik dan dukungan sosial yang baik antara sesama rekan kerja dapat mencegah munculnya

gejala – gejala yang dapat memunculkan stress kerja karyawan serta dampak negatif yang ditimbulkan dari stress kerja tersebut.

3. Saran penelitian berikutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dengan menggunakan variabel lain yang dapat mempengaruhi stress kerja sehingga, dapat menjadi pengetahuan yang baru. Penelitian berikutnya dapat menggunakan variabel lain untuk dapat mempengaruhi stress kerja seperti faktor lingkungan kerja, beban kerja, konflik peran ganda, dan lain sebagainya. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara tidak langsung yaitu dengan melalui perantara yang telah ditentukan oleh pihak CV. Complete Selular sehingga penyebaran skala penelitian tidak dilakukan secara langsung kepada subjek. Sehingga, diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat melakukan pengambilan data secara langsung tanpa perantara. Akan tetapi, jika masih keadaan tidak memungkinkan melakukan penelitian secara langsung peneliti dapat melakukan control dari peneliti seperti yang dilakukan pada penelitian ini sehingga meminimalisir kesalahan dalam penyampaian instruksi, sehingga dapat menghindari dari manipulasi data pengisian skala oleh partisipan yang tidak diinginkan.