

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres kerja dan perilaku *cyberloafing* sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi stres kerja yang dirasakan oleh pegawai di Kantor “X”, maka perilaku *cyberloafing* yang ditunjukkan cenderung semakin tinggi. Sedangkan pada hasil analisis uji regresi menunjukkan bahwa variabel stres kerja memberikan kontribusi sebesar 21,5% terhadap variabel perilaku *cyberloafing* pegawai di Kantor “X” dan sisanya sebesar 78,5% dipengaruhi oleh faktor lain, diantaranya kebosanan kerja, *self control*, beban kerja, dan lain-lain. Sehingga disimpulkan bahwa stres kerja berkorelasi secara positif dengan perilaku *cyberloafing* pada pegawai di Kantor “X”.

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Responden Penelitian

Disarankan kepada pegawai di Kantor “X” sebagai responden penelitian ini untuk lebih adaptif lagi terhadap tingkat stres kerjanya, mampu lebih baik dalam mengelola stres kerja masing-masing agar terhindar dari perilaku *cyberloafing*. Perilaku *cyberloafing* tentu akan memberikan dampak-dampak negatif dapat merugikan individu dan organisasi.

## 2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti dan menggali faktor lain yang dapat berpengaruh pada perilaku *cyberloafing* pada pegawai selain faktor stres kerja. Hal ini berdasarkan hasil analisis data yang menunjukkan bahwa stres kerja memberikan kontribusi sebesar 21,5% terhadap perilaku *cyberloafing* dan sisanya sebesar 78,5% dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya kebosanan kerja, *self control*, beban kerja, dan lain-lain.