

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, kesimpulan yang diperoleh adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial rekan kerja dengan stres kerja pada pegawai DP3APPKB Bantul. Hasil uji hipotesis menunjukkan korelasi negatif yang signifikan ( $r = -0,759$ ,  $p < 0.001$ ). Dimana pegawai didominasi dengan dukungan sosial rekan kerja dan stres kerja yang berada pada taraf sedang. Dalam penelitian ini, dukungan sosial rekan kerja berperan penting dalam mempengaruhi stres kerja, dengan kontribusi variabel dukungan sosial rekan kerja terhadap stres kerja sebesar 57.6%. Ini berarti semakin tinggi dukungan sosial rekan kerja, semakin rendah stres kerja yang dialami pegawai, begitu pun sebaliknya. Pegawai yang mendapatkan dukungan dari sesama rekan kerjanya cenderung lebih menyenangkan lingkungan tempat kerjanya yang mana ini mengurangi tekanan atau stres akibat pekerjaan. Namun, bagi pegawai yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari rekan kerja, lebih memungkinkan untuk mengalami stres di tempat kerja.

#### **B. Saran**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka saran yang dapat diberikan peneliti sebagai berikut:

1. Bagi DP3APPKB Bantul

Perusahaan atau organisasi sebaiknya dapat memberikan semacam pelatihan secara berkala untuk dapat meningkatkan hubungan baik sesama pegawai sehingga mereka saling memberikan dukungan di tempat kerja. Adanya pelatihan juga diharapkan mampu mengurangi stres kerja yang dialami oleh para pegawai.

2. Bagi Subjek

Subjek disarankan untuk dapat meningkatkan, kepekaan, kepedulian dan memberikan dukungan satu sama lain di tempat kerja, sehingga ini diharapkan dapat membantu mengurangi stres yang dialami para pegawai.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki kekurangan, maka dari itu peneliti berharap peneliti lain dapat mengeksplorasi peran dukungan sosial rekan kerja dan stres kerja dalam konteks atau situasi kerja yang berbeda. Peneliti lain juga disarankan untuk mempertimbangkan pengembangan variabel-variabel diluar variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini, sehingga dapat melihat sumbangan lain terhadap variabel selain variabel dukungan sosial rekan kerja dan variabel stres kerja.