

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara beban kerja dengan stres kerja pada Direktorat Penataan Ruang Wilayah Nasional Kementerian Pekerjaan Umum Jalan Pattimura No. 20, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. Hal ini ditunjukkan dari nilai $\hat{Y} = 28,87 + 0,60 X$, artinya semakin tinggi beban kerja maka akan mempengaruhi stres kerja menjadi semakin tinggi.

Stres kerja ditentukan oleh beban kerja sebesar 25,54% dan sisanya sebesar 74,46% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya, seperti konflik, pekerjaan yang tidak sesuai dengan latar belakang pendidikan, lingkungan kerja yang tidak kondusif.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara beban kerja dengan stres kerja pada Direktorat Penataan Ruang Wilayah Nasional Kementerian Pekerjaan Umum Jalan Pattimura No. 20, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. Hal ini membuktikan bahwa beban kerja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja.

Dari hasil pengolahan data terlihat dari variabel stres kerja dengan indikator interpersonal memiliki skor rata-rata tertinggi, yaitu sebesar 71,55% dengan sub indikatornya suhu udara yang tertinggi, yaitu sebesar 25,32%,

sebaliknya indikator intelektual dengan sub indikator mudah lupa memiliki skor rata-rata terendah, yaitu sebesar 14,12%. Dan untuk variabel beban kerja dengan indikator beban fisik memiliki skor tertinggi, yaitu sebesar 75,19% dan beban sosial psikologis memiliki skor terendah, yaitu sebesar 24,81%. Hal ini berarti agar Kementerian Pekerjaan Umum di Jakarta dapat mempertahankan indikator dengan nilai skor rata-rata nya yang tertinggi dan memperbaiki indikator yang memiliki skor terendah.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan di atas, maka peneliti menyampaikan beberapa saran yang mungkin bermanfaat bagi karyawan Kementerian Pekerjaan Umum di Jakarta, sebagai berikut:

1. Kementerian Pekerjaan Umum seharusnya dapat memberikan apa yang diinginkan oleh karyawan mereka, seperti pengurangan beban kerja yang berlebihan yang pada akhirnya menyebabkan stres kerja. Dari data olah data, diketahui bahwa pada variabel beban kerja indikator beban fisik dengan subindikator suhu udara memiliki skor tertinggi. Ini berarti bahwa beban kerja fisik yang disebabkan oleh suhu udara ruang kerja yang kurang mendukung mempengaruhi meningkatnya stres kerja karyawan mereka. Oleh karena itu, Kementerian Pekerjaan Umum seharusnya lebih memperhatikan ruang kerja karyawan mereka agar tidak terlalu panas atau terlalu dingin suhu udara ruang kerjanya, sehingga dapat mengurangi stres kerja karyawan mereka.

2. Kementerian Pekerjaan Umum juga seharusnya menempatkan pegawainya sesuai dengan latar belakang pendidikan yang mereka miliki, karena dari hasil wawancara dengan karyawan diketahui bahwa masih cukup banyak karyawan mereka yang bekerja kurang sesuai dengan latar belakang pendidikan pegawai mereka, sehingga memungkinkan stres kerja untuk meningkat
3. Kementerian Pekerjaan Umumpun seharusnya lebih memperhatikan permasalahan-permasalahan lainnya yang menjadi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja pada karyawan mereka, sehingga persoalan stres kerja ini dapat dikurangi lebih optimal.