

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan kajian pustaka dan deskripsi hasil penelitian yang telah dilakukan dan diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara stres kerja dengan kinerja pada pegawai Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan Kota Administrasi Jakarta Timur. Hal ini ditunjukkan dari nilai  $t_{hitung} = -3,349 < t_{tabel} = 1,69$  dan hubungan antara stres kerja dengan kinerja memiliki persamaan regresi  $\hat{Y} = 115,52 - 0,35 X$  yang menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu skor stres kerja (X) akan mengakibatkan penurunan kinerja (Y) sebesar -0,35 skor pada konstanta 115,52.

Kinerja ditentukan oleh stres kerja sebesar 27,21 dan sisanya 72,79% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti beban kerja dan lingkungan kerja

#### B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara stres kerja dengan kinerja pada pegawai Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan Kota Administrasi Jakarta Timur. Hal ini membuktikan bahwa stres kerja merupakan salah satu faktor yang menentukan rendahnya kinerja pegawai.

Implikasi dari penelitian ini, Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan Kota Administrasi Jakarta Timur, harus dapat mengurangi

stres kerja yang dialami pegawainya agar kinerja pegawai dapat ditingkatkan. Rendahnya kinerja yang diakibatkan oleh tingginya stres kerja yang dialami oleh pegawai, jika dibiarkan berlarut-larut akan menghambat aktivitas perusahaan dan mengganggu perusahaan dalam mencapai tujuannya.

Dari hasil pengolahan data terlihat bahwa untuk variable stress kerja, indikator emosional dalam stres kerja adalah yang terendah, yaitu sebesar 28% dan indikator interpersonal adalah yang tertinggi, yaitu sebesar 40%. Oleh karena itu Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan Kota Administrasi Jakarta Timur. Seharusnya tetap memperbaiki indikator yang memiliki nilai skor tertinggi dan memperbaiki skor dominan paling rendah.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan di atas, saran-saran yang kiranya dapat diberikan oleh peneliti dalam rangka meningkatkan kinerja adalah :

1. Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan dapat lebih memperhatikan pegawai mereka agar kinerja pegawai dapat optimal. Dari hasil olah data variabel stress kerja dengan indikator gejala emosional dengan sub indikator mudah bermusuhan memiliki skor dominan paling rendah. Oleh karena itu, Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan dapat melakukan kerja sama team agar pegawai dapat saling mengenal satu sama lain dan tidak mudah bermusuhan yang akan mengakibatkan kinerja menurun.

2. Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan juga seharusnya lebih memperhatikan gejala gejala stress kerja seperti gejala emosional yang memiliki skor dominan terendah agar dapat segera mengetahui tahapan apa yang seharusnya dilakukan oleh pemimpin.
3. Suku Dinas Kelautan, Pertanian dan Ketahanan Pangan harus menyediakan ruang istirahat yang nyaman, serta pemberian waktu yang cukup agar pegawai dapat mengurangi stres kerja yang dialami dan menjadi semangat kembali dalam bekerja. Sehingga kinerja pegawai akan meningkat.