

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini merupakan kesimpulan mengenai temuan dan pembahasan penelitian yang telah dibahas sebelumnya, serta terdapat beberapa saran yang bermanfaat bagi pihak-pihak terkait.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian mengenai hubungan antara stres kerja dengan *safety behaviour* pada pekerja konstruksi PT. X di Kota Bandung dengan menggunakan metode penelitian korelasional pada 85 pekerja konstruksi, maka kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres kerja dengan *safety behaviour* pada pekerja konstruksi PT. X di Kota Bandung. Artinya, semakin rendah stres kerja maka semakin tinggi *safety behaviour*. Hal tersebut dijelaskan dengan temuan yang diperoleh pada setiap variabel, yaitu stres kerja dalam kategori yang rendah dan *safety behaviour* dalam kategori yang tinggi.

#### B. Saran

Berdasarkan temuan dan pembahasan penelitian, untuk melengkapi kekurangan dalam penelitian ini peneliti memiliki beberapa saran yang bermanfaat. Masing-masing saran ditujukan untuk berbagai pihak, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Bagi Perusahaan

- a. Berdasarkan hasil penelitian, faktor *fatigue* memiliki hasil yang tinggi, sehingga perusahaan disarankan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan mengadakan penyegaran terhadap pekerja dengan cara mengadakan waktu relaksasi bersama dan acara hiburan seperti senam pagi disertai instruktur.
- b. Berdasarkan hasil penelitian, pelaksanaan *safety behaviour* memiliki hasil yang tinggi, perusahaan disarankan untuk menambah inovasi dalam

kegiatan *safety meeting* misalnya dengan permainan kekompakan, simulasi, sarapan bersama, serta adanya *reward* dan *punishment*.

## 2. Bagi Pekerja Konstruksi

Berdasarkan hasil penelitian, faktor *fatigue* memiliki hasil yang tinggi, sehingga pekerja disarankan untuk mengendalikan *fatigue* dengan cara memeriksa kesehatan secara rutin melalui relaksasi otot ketika sudah terasa lelah pada saat bekerja, olahraga secara teratur, dan menggunakan jam istirahat sebaik mungkin.

## 3. Bagi Penelitian selanjutnya

- a. Pengambilan data penelitian mengenai perilaku pekerja konstruksi selain menggunakan kuesioner disarankan juga untuk menggunakan observasi dan wawancara secara formal.
- b. Berdasarkan karakteristik sampel pada penelitian ini, Penelitian selanjutnya dapat dikembangkan menjadi pekerja kantor di proyek konstruksi atau setara level supervisi ke atas. Selain itu untuk penelitian selanjutnya dapat dikaitkan dari segi demografinya seperti jenis pekerjaan, pengalaman, dan usia.
- c. Berdasarkan keterbatasan penelitian, peneliti selanjutnya disarankan untuk menghubungkan faktor-faktor stres kerja dengan pelaksanaan *safety behaviour*.
- d. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang rendah antara stres kerja dengan *safety behaviour*. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah variabel lain, seperti disiplin kerja, pengawasan, serta adanya *reward* dan *punishment*.