

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum, tingkat stres kerja karyawan pada Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia adalah berada pada tingkat sedang. Sumber terbesarnya berasal dari ketidakterlibatan dalam pengambilan keputusan akan kebijakan-kebijakan instansi dan adanya masalah kebersihan di ruang kerja.
2. Secara umum, tingkat stres kerja karyawan pria pada Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia adalah berada pada tingkat sedang. Sumber terbesarnya berasal dari ketidakterlibatan dalam pengambilan keputusan akan kebijakan-kebijakan instansi dan adanya masalah keluarga.
3. Secara umum, tingkat stres kerja karyawan wanita pada Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia adalah berada pada tingkat tinggi. Sumber terbesarnya berasal dari ketidakterlibatan dalam pengambilan keputusan akan kebijakan-kebijakan instansi dan adanya masalah kebersihan di ruang kerja.
4. Secara umum, terdapat perbedaan tingkat stres kerja karyawan pada Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia dilihat dari jenis kelaminnya. Hal ini berarti bahwa jenis kelamin

merupakan faktor yang menentukan adanya perbedaan tingkat stres kerja pada karyawan. Pada dimensi-dimensi sumber stres kerja, semuanya menunjukkan adanya perbedaan tingkat stres kerja, kecuali hanya pada dimensi struktur organisasi yang tidak menunjukkan adanya perbedaan tingkat stres kerja antara karyawan pria dan karyawan wanita.

5. Secara umum, sumber stres kerja yang paling dominan menjadi penyebab stres kerja pada karyawan Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia adalah dari faktor struktur organisasi dan kondisi pekerjaan. Untuk karyawan pria, didominasi oleh faktor struktur organisasi, dan faktor urusan rumah dan pekerjaan. Sedangkan untuk karyawan wanita saja, didominasi oleh faktor struktur organisasi dan kondisi pekerjaan.

B. Rekomendasi

1. Bagi Pihak Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia

Peneliti merekomendasikan kepada pihak pimpinan Divisi Layanan Akademik Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia adalah sebagai berikut:

- a. Libatkan karyawan dalam proses pengambilan kebijakan-kebijakan instansi.
- b. Bentuk panitia khusus untuk menampung aspirasi-aspirasi dari karyawan.
- c. Pekerjaan Cleaning Service untuk membersihkan ruang kerja yang kotor.
- d. Himbau karyawan untuk ikut serta menjaga kebersihan lingkungan kerja.

- e. Minta bantuan Psikolog atau Konselor untuk memberikan bimbingan dan konseling, atau konsultasi mengenai permasalahan-permasalahan yang dihadapi di dunia kerja. Begitu pula dengan masalah pribadi atau masalah keluarga yang terbawa ke tempat kerja.

2. Bagi peneliti berikutnya

Penelitian mengenai stres kerja ini masih memiliki keterbatasan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti merekomendasikan bagi peneliti berikutnya, yang akan melakukan penelitian yang serupa maupun penelitian dengan variabel yang berbeda adalah sebagai berikut:

- a. Lakukan penelitian yang serupa, pada divisi yang sama atau berbeda pada Direktorat Akademik Universitas Pendidikan Indonesia dengan sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih representatif dan juga dapat memperoleh informasi yang lebih luas dan mendalam tentang permasalahan yang dikaji.
- b. Lakukan penelitian yang serupa pada organisasi atau instansi yang berbeda. Misalnya pada perusahaan-perusahaan swasta yang berorientasi profit. Dimana tekanan dan sistem kerjanya cenderung lebih besar dan mengikat karyawan-karyawannya dibanding instansi pemerintah kepada pegawai-pegawainya (PNS).