

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis faktor risiko kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang, yang telah dilakukan maka diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
2. Ada hubungan yang bermakna antara masa kerja dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
3. Ada hubungan yang bermakna antara beban kerja mental dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
4. Ada hubungan yang bermakna antara hubungan interpersonal dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
5. Tidak ada hubungan yang bermakna antara peran individu dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
6. Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengembangan karir dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.
7. Variabel yang paling berpengaruh terhadap kejadian stres akibat kerja secara signifikan adalah masa kerja.

B. Saran

1. Bagi Pekerja
 - a. Pentingnya menjalin dan menjaga hubungan baik antar sesama rekan kerja, atasan, bawahan serta klien sehingga dapat meminimalisir rasa tidak nyaman atau tidak betah dilingkungan kerja yang berakibat pada timbulnya stres kerja.
2. Bagi Institusi Kerja
 - a. Memberikan beban dan target kerja sesuai dengan kemampuan dari seorang pekerja sehingga meminimalisir timbulnya beban kerja yang berlebihan.

b. Memberikan kesempatan bagi pekerja dalam pengambilan keputusan disetiap pekerjaannya.

3. Bagi Peneliti Lainnya

a. Penelitian selanjutnya diharapkan menambahkan variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan kejadian stres akibat kerja yang tidak diteliti pada penelitian ini misalnya variabel jenis kelamin, ambiguitas peran, beban kerja fisik, dan lain sebagainya serta untuk dapat melengkapi keterbatasan yang terdapat pada penelitian ini.

b. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan desain studi lain yang disesuaikan dengan kondisi di lapangan misalnya desain studi case control atau kohort, karena berbagai macam desain studi memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing.

