

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data, analisa dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Untuk karektersitiknya menunjukkan responden penelitian didominasi oleh jenis kelamin kelamin laki-laki sebanyak 66,00 persen atau 33 pegawai, dengan usia karyawan didominasi kisaran 20-30 tahun sebanyak 46,00 persen atau 23 responden Dan tingkat pendidikan responden didominasi Strata 1 (S.1) sebanyak 48,00 persen atau 24 responden dengan lama bekerja diantara 5-10 tahun sebanyak 42,00 persen atau 21 responden dari seluruh total respondennya sebanyak 50 orang responden.
2. Untuk deskripsi beban kerja dan stres kerja di Dinas Lingkunga Hidup Provinsi Jambi dapat diuraikan dibawah ini.

a). Variabel Beban Kerja (X)

Jawaban responden terhadap variabel beban kerja rata-rata sebesar 2,82 atau 56,37 persen responden menyatakan bahwa variabel beban kerja menimbulkan stres kerja dengan kategori sedang.

b). Variabel Stres Kerja (Y)

Jawaban responden terhadap variabel beban kerja rata-rata sebesar 2,84 atau 56,76 persen responden menyatakan bahwa variabel stres kerja dengan kategori sedang.

3. Hasil SPSS diperoleh koefisien korelasi antara variabel beban kerja (X) dengan variabel stres kerja pegawai (Y) sebesar 0,345 yang berarti memiliki hubungan rendah dan positif serta signifikan karena nilai (*Sig*) variabel beban kerja diperoleh sebesar  $0.014 < 0.05$ . Dengan demikian, hipotesis dapat dinyatakan bahwa “Ada pengaruh signifikan antara beban kerja terhadap stres kerja pegawai di Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Provinsi Jambi” dapat diterima kebenarannya dengan nilai R-squarenya yaitu 11,90 persen.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil pengolahan data, analisa baik kualitatif maupun kuantitatif serta pembahasan yang telah dilakukan, hal-hal yang dapat direkomendasikan kepada Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Provinsi Jambi dalam kerangka pelaksanaan tugas dan fungsinya antara lain:

1. Organisasi/instansi perlu mengetahui bagaimana beban kerja yang dihadapi para pegawainya, yakni dengan melakukan pengukuran beban kerja. Pengukuran beban kerja ini merupakan salah satu teknik manajemen untuk mendapatkan informasi jabatan, melalui proses penelitian dan pengkajian yang dilakukan secara analisis. Informasi jabatan tersebut dimaksudkan agar dapat digunakan sebagai alat untuk menyempurnakan aparatur baik di bidang kelembagaan, ketatalaksanaan, dan sumber daya manusia di Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Provinsi Jambi.

2. Pastikan bahwa tugas dan tanggung jawab setiap pegawai sangat jelas.

Ini membantu menghindari kebingungan dan konflik yang mungkin timbul karena ketidakjelasan. Serta buat rencana kerja yang terperinci dan terstruktur untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Ini akan membantu dalam mengidentifikasi langkah-langkah yang diperlukan dan menghindari kepanikan karena tidak memiliki arah yang jelas. Dan perlu membangun dengan komunikasi terbuka, saling mendukung, dan kolaborasi yang baik dapat membantu meringankan beban kerja secara keseluruhan. Jadikan suasana kerja menjadi tempat di mana pegawai merasa didukung dan dihargai.

3. Untuk mewujudkan visi misi instansi di Dinas Lingkungan Hidup Provinsi Jambi, maka berikan peluang bagi pegawai untuk meningkatkan keterampilannya melalui pelatihan dan pengembangan. Hal ini dapat membantu pegawai merasa lebih percaya diri dalam menangani tugas-tugas yang diberikan, mengurangi stres yang disebabkan oleh perasaan tidak kompeten.

