

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa stres kerja pada polisi reserse kriminal muncul karena adanya berbagai faktor, yaitu faktor individu, faktor organisasi dan faktor lingkungan. Adanya faktor stres kerja yang terjadi pada pekerjaan polisi reserse kriminal, membuat polisi reserse kriminal membutuhkan strategi *coping stress* terhadap kerja. *Coping stress* pada polisi reserse kriminal ini muncul dalam bentuk berikut ini : keaktifan diri, perencanaan, penolakan, penerimaan, dukungan sosial bersifat instrumental, dukungan sosial bersifat emosional, kontrol diri, dan religiusitas. Adapun berbagai macam *coping stress* yang digunakan oleh masing-masing subjek berbeda, yaitu dua orang lebih banyak memakai *emotional focused coping* dan satu subjek menggunakan lebih banyak *problem focused coping*. Dan munculnya *coping stress* yang baik dari para responden membuat para responden bisa bekerja secara maksimal tanpa adanya pengaruh dalam diri yang memberikan efek baik pada diri sendiri maupun lingkungan.

B. Saran

1. Bagi institusi

Institusi merupakan sebuah wadah seseorang bekerja dalam meraih suatu hasil yang bisa bermanfaat bagi institusi dan karyawan. Salah satu cara yang bisa dilakukan oleh institusi agar mendapatkan manfaat dari kedua pihak yaitu dengan memperhatikan situasi kerja pada karyawan dengan mencari tahu penyebab sumber stres kerja dan menyediakan sarana dan prasarana untuk menunjang *coping stress* pada karyawan.

2. Bagi polisi reserse kriminal

Diharapkan dengan hasil penelitian tentang *coping stress* ini, polisi reserse kriminal mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan tugas yang diberi oleh institusi. Apa yang menjadi kebutuhan polisi reskrim dapat disampaikan dengan baik kepada institusi. Meningkatkan kesejahteraan psikologis dari tugas yang telah diberikan oleh institusi diharapkan akan semakin meningkatkan *coping stress* yang dimiliki.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan landasan teori dan menggali informasi melalui wawancara yang lebih banyak dan mendalam tentang *coping stress* agar gambaran mengenai *coping stress* pada polisi reserse kriminal dapat dijelaskan secara lebih rinci. Jika menginginkan untuk meneliti lebih dalam mengenai stres kerja dan *coping stress* maka penelitian ini bisa digunakan sebagai acuan dasar dalam mengembangkan temuan lapangan yang didapatkan oleh peneliti.