

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh resiliensi terhadap stres kerja pada anggota Korps Brimob Batalyon A Pelopor Polda Sumbar. Berdasarkan hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa resiliensi berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja pada anggota Korps Brimob Batalyon A Pelopor Polda Sumbar. Memiliki makna bahwa semakin tinggi resiliensi individu, maka semakin rendah tingkat stres kerja yang dialami. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa anggota Korps Brimob Batalyon A Pelopor Polda Sumbar memiliki resiliensi pada kategori tinggi yang mencerminkan kemampuan mereka dalam mengelola emosi, menjaga ketenangan, dan tetap fokus dalam situasi sulit, kemudian stres kerja pada kategori rendah yang berarti mereka mampu menyelesaikan pekerjaan dan tidak terlalu mengalami tekanan berlebihan dalam menjalankan tugas.

5.2 Saran

Terdapat beberapa saran yang diusulkan oleh peneliti untuk dijadikan pertimbangan dari berbagai pihak mengenai hasil penelitian ini.

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian berikutnya, sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas subjek penelitian ke satuan atau batalyon lain, agar hasil penelitian dapat dibandingkan antar

unit dan memberikan gambaran terkait resiliensi dan stres kerja dalam berbagai konteks kepolisian.

2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan pendampingan secara langsung saat responden mengisi kuesioner. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan dijawab dengan cermat dan sesuai kondisi sebenarnya, sehingga mengurangi risiko pengisian secara asal atau tidak serius yang dapat memunculkan data ekstrem dan memengaruhi validitas hasil analisis. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan data yang lebih akurat dan representatif.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengusulkan saran praktis bagi berbagai pihak yang terkait dengan penelitian ini :

1. Bagi anggota Brimob Batalyon A Pelopor Polda Sumbar, disarankan untuk lebih saling mendukung dan mempererat hubungan kerja antar sesama rekan. Dikarenakan hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari rekan kerja masih belum maksimal, meskipun stres kerja sudah tergolong rendah. Pendekatan yang disarankan mencakup kegiatan interaktif seperti diskusi santai, kolaborasi tim, dan forum berbagi pengalaman secara informal. Dengan begitu, hubungan antar anggota bisa menjadi lebih terbuka dan saling membantu.
2. Bagi instansi Kepolisian, disarankan untuk memberi perhatian lebih terhadap suasana kerja sosial antar anggota, terutama soal dukungan sosial dari rekan kerja. Dukungan ini penting agar anggota merasa nyaman dan tidak sendirian saat menghadapi tekanan atau tugas berat. Instansi bisa

memfasilitasi program seperti pendampingan sesama anggota (*peer mentoring*), pelatihan komunikasi yang membangun, serta kegiatan tim yang mendorong rasa kebersamaan. Selain itu, instansi juga bisa melakukan evaluasi secara berkala tentang suasana kerja dan hubungan antar anggota. Hasil evaluasi ini bisa jadi dasar untuk membuat program yang sesuai dengan kebutuhan di lapangan.

