

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap *cyberloafing* dan dampaknya terhadap kinerja pegawai non medis RSUD Linggajati Kuningan maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai jawaban atas rumusan masalah sebagai berikut:

1. Beban kerja berpengaruh positif secara signifikan terhadap *cyberloafing*. Artinya semakin meningkat beban kerja maka semakin tinggi *cyberloafing* dan sebaliknya semakin menurun beban kerja maka semakin rendah *cyberloafing*.
2. Stres kerja berpengaruh positif secara signifikan terhadap *cyberloafing*. Artinya semakin meningkat stres kerja maka semakin tinggi *cyberloafing* dan begitu sebaliknya semakin menurun stres kerja maka semakin rendah *cyberloafing*.
3. Beban kerja berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kinerja pegawai. Artinya semakin meningkat beban kerja maka semakin rendah kinerja pegawai dan semakin menurun beban kerja maka semakin tinggi kinerja pegawai.
4. Stres kerja berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kinerja pegawai. Artinya semakin meningkat stres kerja maka semakin rendah kinerja pegawai dan semakin menurun stres kerja maka semakin tinggi kinerja pegawai.
5. *Cyberloafing* berpengaruh negatif secara signifikan terhadap kinerja pegawai. Artinya semakin meningkat *cyberloafing* maka semakin rendah kinerja pegawai dan semakin menurun *cyberloafing* maka semakin tinggi kinerja pegawai.
6. Beban kerja berpengaruh negatif secara tidak langsung terhadap kinerja pegawai melalui *cyberloafing*. Artinya *cyberloafing* menjadi variabel mediasi atau variabel intervening antara pengaruh beban kerja terhadap kinerja pegawai.
7. Stres kerja berpengaruh negatif secara tidak langsung terhadap kinerja pegawai melalui *cyberloafing*. Artinya *cyberloafing* menjadi variabel mediasi atau variabel intervening antara pengaruh stres kerja terhadap kinerja pegawai.

## 5.2 Saran

Sesuai hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap *cyberloafing* dan dampaknya terhadap kinerja pegawai non medis RSUD Linggajati Kuningan maka peneliti menyampaikan saran berikut:

1. Berdasarkan item pernyataan angket beban kerja yang dipersepsi tinggi oleh responden menyatakan bahwa item nomor 9 dengan indikator “Usaha kreatif atau inovatif” merupakan pernyataan dengan jawaban yang paling tinggi. Saran yang dapat penulis berikan adalah pimpinan RSUD Linggajati Kuningan sebaiknya memberikan kesempatan yang memadai kepada pegawai dalam mengalokasikan waktu dan energinya untuk menciptakan solusi kreatif dalam bekerja. Hal ini diharapkan dapat menurunkan beban kerja pegawai agar perilaku *cyberloafing* dapat diminimalisir sehingga berdampak terhadap peningkatan kinerja pegawai.
2. Berdasarkan item pernyataan angket stres kerja yang dipersepsi tinggi oleh responden menyatakan bahwa item nomor 6 dengan indikator “Mudah marah dan cepat bosan” merupakan pernyataan dengan jawaban yang paling tinggi. Saran yang dapat penulis berikan adalah pihak RSUD Linggajati Kuningan sebaiknya menyediakan program kesehatan mental kepada para pegawai agar mereka tidak merasa mudah marah dan cepat bosan karena rutinitas kerja sehari-hari. Hal ini diharapkan dapat menurunkan stres kerja pegawai agar perilaku *cyberloafing* semakin rendah bahkan tidak terjadi sehingga pegawai mampu mencapai kinerja yang lebih optimal.
3. Berdasarkan item pernyataan angket *cyberloafing* yang dipersepsi tinggi oleh responden menyatakan bahwa item nomor 5 dengan indikator “Saya sering membuka situs *web* atau aplikasi hiburan (*game online*, media sosial, *chatting*) selama jam kerja” merupakan pernyataan dengan jawaban yang paling tinggi. Saran yang dapat penulis berikan adalah maka pimpinan RSUD Linggajati Kuningan sebaiknya melakukan pengawasan kerja secara intensif agar pegawai tidak membuka situs *web* atau aplikasi hiburan selama jam kerja. Hal ini dilakukan sebagai upaya dalam menurunkan *cyberloafing* agar kinerja para pegawai semakin meningkat.

4. Berdasarkan item pernyataan angket kinerja pegawai yang dipersepsi rendah oleh responden menyatakan bahwa item nomor 6 dengan indikator “ Ketepatan waktu dalam menyelesaikan pekerjaan” merupakan pernyataan dengan jawaban yang paling rendah. Saran yang dapat penulis berikan adalah maka Pihak RSUD Linggajati Kuningan sebaiknya memberikan pelatihan tentang manajemen waktu dan prioritas kerja agar pegawai mampu mengatur waktu dengan baik sehingga tugas atau pekerjaan yang dibebankan kepada pegawai dapat diselesaikan tepat waktu. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kuantitas kerja sehingga kinerja pegawai lebih maksimal.
5. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dijadikan sebagai dasar dan tambahan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya. Dengan selesainya penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan hendaknya menambah variabel-variabel lain dan juga jumlah responden yang dapat diperhatikan dari RSUD Linggajati Kuningan tersebut,