

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana Stres Kerja terhadap Kinerja Pegawai dengan Perilaku *Cyberloafing* sebagai variabel intervening berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian maupun analisis data yang ada, baik dengan menggunakan Microsoft Excel dan oleh program data statistik SPSS 25 serta pembahasan yang telah di paparkan sebelumnya. Maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Stres Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Kinerja Pegawai pada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan. Artinya semakin tinggi stress kerja yang dialami pegawai, maka kinerja pegawai akan semakin menurun.
2. Stres Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan. Artinya tingkat stres yang tinggi di tempat kerja dapat meningkatkan perilaku *cyberloafing* pada pegawai.
3. Perilaku *Cyberloafing* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Kinerja Pegawai pada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan. Artinya jika perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh pegawai meningkat maka kinerja pegawai tersebut bisa menurun.
4. Stres Kerja berpengaruh negatif terhadap Kinerja Pegawai melalui Perilaku *Cyberloafing* sebagai variabel intervening pada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan. Artinya dengan adanya variabel Perilaku *Cyberloafing*, Stres Kerja tetap berpengaruh dan dapat menurunkan Kinerja Pegawai.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang diberikan oleh peneliti serta dalam upaya peningkatannya yaitu:

- a. Bagi Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan
1. Indikator terendah pada hasil penyebaran kuesioner variabel Stres Kerja terdapat pada pernyataan “Tuntutan pekerjaan yang berlebihan dapat menurunkan daya tahan tubuh”. Saran yang diberikan peneliti kepada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan adalah instansi harus menyelenggarakan pelatihan tentang manajemen stress, menyediakan program kesehatan dan kebugaran, serta melakukan evaluasi beban kerja yang saat ini ditanggung pegawai secara berkala.
 2. Indikator terendah pada hasil penyebaran kuesioner variabel Perilaku *Cyberloafing* terdapat pada pernyataan “Mengakses laman pribadi akun media sosial seperti email, whatsapp, instagram, tiktok, twitter, atau yang lain yang tidak berkaitan dengan pekerjaan pada saat jam kerja”. Saran yang diberikan peneliti kepada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan adalah instansi harus membuat kebijakan penggunaan internet pada jam kerja kemudian sosialisasikan secara rinci mengenai apa yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan mengakses internet selama jam kerja. Dengan saran tersebut instansi dapat membantu memperkuat fokus produktivitas pegawai selama jam kerja.
 3. Indikator terendah pada hasil penyebaran kuesioner variabel Kinerja Pegawai terdapat pada pernyataan “Selalu menyelesaikan pekerjaan tepat waktu untuk menghindari tertumpuknya pekerjaan yang akan menjadi beban pekerjaan”. Saran yang diberikan peneliti kepada Dinas Koperasi UKM Perdagangan dan Perindustrian Kabupaten Kuningan adalah instansi harus memberikan pelatihan tentang manajemen waktu, organisasi, dan keterampilan lain yang dapat membantu pegawai meningkatkan efisiensi dalam menyelesaikan tugas.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi rekomendasi maupun referensi untuk penelitian selanjutnya dan dapat menambahkan variabel lain seperti Motivasi Kerja, Beban Kerja, Kontrol diri, dan lain-lain, sehingga dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam Ilmu Manajemen Sumber Daya Manusia.