

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian pada pengemudi ojek *online* komunitas KBGB Siliwangi Bogor, sebagai berikut:

- a. Gambaran faktor individu pada pengemudi ojek *online* komunitas KBGB Siliwangi berdasarkan usia yaitu mayoritas responden berusia ≤ 34 tahun sebanyak 81 responden (55,5%). Kebanyakan responden yang berpartisipasi dalam penelitian kali ini kebanyakan laki – laki dengan total 134 responden (91,8%). Pendidikan terakhir yang ditempuh oleh responden mayoritas adalah SMA dengan jumlah 121 responden (82,9%). Selain itu, responden pada penelitian ini memiliki status sudah menikah sebanyak 100 responden (68,5%). Selain itu, masa kerja > 4 tahun dengan jumlah 98 responden (61,1%) lebih banyak. Tingkat beban kerja mental yang dimiliki oleh responden menunjukkan bahwa responden sebagian pada usaha besar yaitu 67 responden (45,9%). Dukungan keluarga mayoritas pada kategori baik yaitu sebanyak 116 responden (79,5%). Tingkat stres lebih banyak mengalami stres sedang dengan jumlah 100 responden (68,5%). Sedangkan stres berat 35 responden (24%) dan stres ringan 11 responden (7,5%).
- b. Didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia nilai $p\text{-value} = 1,000 (> 0,05)$ nilai POR yaitu = 0,8 (95% CI: 0,2 – 2,9), jenis kelamin nilai $p\text{-value} = 0,600 (>0,05)$ nilai Risk Estimate atau POR yaitu = 0,9 (95% CI: 0,8 – 0,97), tingkat pendidikan diperoleh pada pendidikan terakhir SMP yaitu $p\text{-value} = 0,430 (> 0,05)$ dan pendidikan terakhir SMA memiliki nilai $p\text{-value} = 0,395 (> 0,05)$. Hasil pendidikan terakhir SMP nilai POR = 0,3 (95% CI: 0,015 – 5,3). Sedangkan hasil pendidikan terakhir SMA nilai POR = 0,4 (95% CI: 0,4 – 3,9), Status perkawinan yaitu $p\text{-value} = 0,323 (>0,05)$ dengan nilai POR = 0,5 (95% CI: 0,2 – 1,8) dengan stres kerja yang dialami oleh pengemudi ojek *online*

- c. komunitas KBGB Siliwangi Bogor, dan masa kerja yaitu $p\text{-value} = 0,751$ ($> 0,05$), didapatkan nilai POR = 1,2 (95% CI: 0,3 – 4,3%).
- d. Adanya hubungan signifikan antara beban kerja mental dengan stres kerja yang dialami oleh pengemudi ojek *online* komunitas KBGB Siliwangi dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($< 0,05$). Didapatkan nilai POR = 299 (95% CI: 37,7 – 2378,5) yang artinya beban kerja mental berpeluang 299 kali terjadinya stres kerja daripada orang yang memiliki tingkat beban kerja ringan
- e. Tidak terdapat hubungan secara signifikan antara dukungan keluarga dengan stres kerja pada pengemudi ojek *online* komunitas KBGB Siliwangi Bogor. Dukungan keluarga kurang dengan nilai $p\text{-value} = 0,163$ ($> 0,05$) dan dukungan keluarga cukup memiliki nilai $p\text{-value} = 0,687$ ($> 0,05$). Dari hasil tersebut dinyatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan stres kerja. Didapatkan hasil dukungan keluarga kurang nilai POR = 11,9 (95% CI: 0,7 – 206,4) dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga yang kurang memiliki peluang sebanyak 11,9 kali dapat terjadi stres kerja jika dibandingkan responden memiliki dukungan keluarga yang baik. Sedangkan hasil dukungan keluarga cukup nilai POR = 0,4 (95% CI: 0,05 – 3,6) hasil dari dukungan keluarga baik ini dapat juga meminimalisir dan mencegah terjadinya stres kerja dengan peluang yang dimilikinya yakni sebanyak 0,4 kali dibandingkan dengan dukungan keluarga cukup pada responden tersebut.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pengemudi Ojek *Online*

- a. Mengingat mayoritas pengemudi ojek online mengalami stres kerja, maka diharapkan pengemudi ojek online mampu mengatur pola makan dan tidur serta menjaga kebugaran tubuh selain itu pengemudi ojek online dapat fokus pada solusi bukan masalah yang dihadapi agar stres kerja yang dialami pengemudi dapat terkelola dengan baik

- b. Diharapkan pengemudi dapat mengatur waktu kerja dan tidak melebihi waktu kerja. Dapat disesuaikan dengan tenaga yang dimiliki dengan meminimalkan beban kerja, apabila sudah memasuki jam makan dan ibadah maka sebaiknya untuk dilakukan terlebih dahulu dan dapat istirahat sejenak.
- c. Diharapkan pengemudi ojek *online* dapat melakukan komunikasi dengan baik antar pengemudi ojek *online* lainnya dengan mendengarkan dan memberikan umpan balik agar dapat memperbaiki hubungan dalam pekerjaan dengan saling membantu dan memberi solusi apabila sedang dalam kesulitan.
- d. Diharapkan pengemudi dapat menerapkan sistem *one day off* setiap minggunya dengan dilalukan penjadwalan yang sesuai, sehingga tenaga dan waktu para pengemudi menjadi lebih baik.
- e. Diharapkan pengemudi dapat selalu menggunakan helm, sarung tangan, jaket dan sepatu agar dapat berkendara dengan aman dan nyaman

V.2.2 Bagi Perusahaan Ojek *Online*

- a. Dapat memberikan gambaran kepada perusahaan mengenai stres kerja yang dialami oleh pengemudi ojek *online*.
- b. Diharapkan perusahaan dapat memberikan edukasi mengenai kemungkinan terjadinya stres kerja sehingga perusahaan dapat berkontribusi untuk pencegahan stres kerja yang dialami oleh pengemudi ojek *online*.
- c. Diharapkan perusahaan memerhatikan serta mempertimbangkan kondisi secara fisik dan mental kesehatan dari *drivernya* dengan mengadakan pemeriksaan kesehatan secara gratis untuk pengemudi ojek *online*. Mengingat kesehatan berpengaruh pada keselamatan mitra *driver* dan juga penumpang.
- d. Diharapkan perusahaan dapat memberikan sarana aspirasi dan perlindungan mitra ojek *online* agar dapat terciptanya komunikasi yang baik antara perusahaan dan mitra ojek *online* sehingga ojek *online* mendapatkan ketenangan dalam bekerja.

V.2.3 Bagi Peneliti Berikutnya

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan novelty atau keterbaharuan variabel yang terkait dengan stres kerja
- b. Memperbanyak jumlah sampel penelitian dengan melibatkan lebih dari satu komunitas ojek *online* agar memperluas jangkauan penelitiannya.