

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Manajemen stres anggota Brimob dalam menghadapi tugas operasional di Kompi 4B Ampeldento Malang didapatkan bahwa hampir seluruhnya yakni 22 responden (77,3%) dengan manajemen stres fisik yang kurang, sebagian besar yakni 18 responden (60%) dengan manajemen stres psikologi yang cukup, hampir seluruhnya yakni 29 responden (96,7%) dengan manajemen stres sosial yang baik. Manajemen stres yang masih kurang dapat disebabkan oleh beban kerja operasional yang tinggi yang tidak disertai dengan pola istirahat yang cukup. Sehingga mengakibatkan Anggota mudah mengalami stres.

#### **5.2 Saran**

##### **5. Bagi Institusi Pendidikan**

Memberikan tambahan bagi perpustakaan tentang manajemen stres anggota Brimob sehingga disarankan dapat memberikan pendidikan kesehatan khususnya dalam manajemen stres yang baik

##### **6. Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian disarankan agar anggota Brimob dapat diberikan waktu untuk istirahat sehingga anggota Brimob dapat memanfaatkan waktunya untuk beristirahat sehingga beban kerja yang dirasa berat dapat berkurang.

**7. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian disarankan agar jika nantinya peneliti kembali ke Batalyon dapat memberikan masukan atau pendidikan kesehatan tentang mekanisme manajemen stres

**8. Bagi Responden Penelitian**

Hasil penelitian disarankan agar responden dapat memanfaatkan waktunya untuk istirahat sehingga dapat menyelesaikan tugas operasional dengan baik dan tepat waktu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananta. 2015. *Stres kerja dan keterikatan kerja pada anggota Polisi.Skripsi* . Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia.
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Buku Petunjuk Brimob. 2012. *Tugas dan Wewenang Brimob*. Jakarta: Brimob
- Dewanti. 2009. *Pengaruh Stres Kerja dan Locus of Control terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Pegawai Bagian Layanan PT Bank Negara Indonesia (Persero), Tbk. Cabang Malang. Jurnal Aplikasi Manajemen*
- Handoyo. 2011. *Buku pedoman pelaksanaan tugas bintara polri di lapangan*. Jakarta : Markas besar kepolisian negara republik indonesia
- Hidayat. 2010. *Metode Penelitian Untuk Keperawatan*. Jakarta: Salemba medik
- Kusumawati. 2013. *Stres kerja dan agresivitas anggota polri dit Sabhara.Jurnal psikologi mandiri*.1(2)
- Nurianto. 2014. *Gambaran stres kerja pada Polri. Skripsi*. Manado : Fakultas Kesehatan Masyarakat
- Nurlaila. 2010. *Analisis Stres Kerja Pada Kondisi dan beban Kerja polri di Sumatra utara*. Sumatra utara : Sekolah Pasca Sarjana USU
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Surabaya: Salemba Medika.
- Priyoto. 2014. *Stress Kerja dengan Pemilihan Strategi Coping. Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 7(1): 149-155
- Pujiastuti. 2014. *Stres Kerja Pada Anggota polri di Polda DIY*. Skripsi: Universitas Gajahmada
- Rahardjo. 2009. *Polisi, Pelaku dan Pemikir*. Jakarta: Kompas
- Sadjijono. 2012. *Polisi Indonesia*. Jakarta: Genius

- Sugiyono. 2012. *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta : Alfabeta
- Sumarsono. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Alfabeta.
- Suprihanto. 2013. *Gambaran stres kerja pegawai bagian rekam medis rumah sakit Bhakti Wiratamtama Semarang*. Skripsi. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang Kampus Sekaran
- Supriono. 2012. *Stres Kerja: Latar Belakang Penyebab dan Alternatif Pemecahannya*. *Jurnal Masyarakat, Budaya dan Politik*. 12(3):71-80