

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini memberikan bukti empiris mengenai Pengaruh Sinisme Rekan Kerja dan Kepercayaan pada manajemen terhadap sinisme pada perubahan dampaknya terhadap Niat untuk menolak perubahan, pada 5 OPD dilingkup Pemerintah Daerah Kabupaten Pesisir Selatan. Berdasarkan hasil dari analisis dan pengujian hipotesis maka dapat dirangkum kesimpulan yang merupakan jawaban dari permasalahan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 153 responden. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sinisme Rekan Kerja berpengaruh negatif dan tidak signifikan ditolak terhadap Sinisme pada Perubahan.
2. Kepercayaan pada manajemen berpengaruh positif dan signifikan ditolak terhadap Sinisme pada Perubahan.
3. Sinisme pada Perubahan berpengaruh negatif dan signifikan ditolak terhadap niat untuk menolak perubahan.
4. Kepercayaan pada manajemen berpengaruh negatif dan signifikan diterima terhadap niat untuk menolak perubahan.
5. Sinisme rekan kerja berpengaruh positif dan signifikan diterima terhadap niat untuk menolak perubahan.

5.2. Implikasi Penelitian

Sangat diperlukan kebijakan yang komprehensif untuk menekan dan mengendalikan niat untuk menolak perubahan pegawai. Hal ini dapat dilakukan mulai dari rekrutmen pegawai yang mempertimbangkan berbagai aspek seperti belakang pendidikan, moralitas dan psikologis sesuai dengan kebutuhan. Kebijakan dalam penempatan pegawai yang harus mempertimbangkan aspek latar belakang pendidikan, kemampuan akademis, tingkat psikologis. Kebijakan dalam pembagian beban tugas yang harus mempertimbangkan aspek pendidikan, kemampuan akademis, kompetensi, psikologis, dan faktor lainnya yang relevan.

Sangat diperlukan adanya upaya untuk menekan dan mengendalikan Sinisme rekan kerja pegawai dengan melakukan manajemen stress. Manajemen stress dapat dilakukan melalui kegiatan family gathering, refreasing, studi banding, rekreasi, sehingga dapat memupuk rasa kebersamaan dan kekeluargaan, menumbuhkan kejernihan pikiran sehingga dapat menekan tingkat stress kerja pegawai.

Bagaimana bereaksi yang terjadi, apakah reaksinya langsung marah dan meninggikan nada. Membuat catatan dapat membantu kita menemukan pola stres dan reaksi terhadapnya. 2). Mengembangkan respons yang sehat. Ketika tekanan meningkat, pergilah berolahraga. Yoga bisa menjadi pilihan yang tepat. Meluangkan waktu untuk hobi dan aktivitas favorit lainnya juga dapat mengurangi tingkat stress, membaca novel, pergi ke konser atau bermain game. Pastikan kita dapat untuk menyisihkan waktu untuk hal-hal yang membuat hati

menjadi senang. 4). Menetapkan batasan. Tetapkan batas-batas kerja untuk diri kita sendiri. Misalnya, dengan membuat aturan untuk tidak mengecek *email* dari rumah di malam hari, atau tidak menjawab telepon saat makan malam. Batasan yang jelas antara dapat mengurangi potensi konflik kerja dan stres yang menyertainya. 5). Luangkan waktu untuk mengisi ulang energi. Untuk menghindari efek negatif dari stres kronis dan kelelahan, yang perlu dilakukan adalah perlu waktu untuk mengisi ulang tenaga dan menjernihkan otak. Pada proses pemulihan, kita perlu mematikan segala hal yang menghubungkan diri dengan pekerjaan. Jangan biarkan liburan menjadi hal yang sia-sia. Bila memungkinkan, luangkan waktu untuk beristirahat dan melepas lelah. Jadi ketika kita kembali bekerja, maka akan merasa segar kembali. 6). Temukan cara untuk bersantai. Teknik seperti meditasi, latihan pernapasan dalam, dan mencoba konsentrasi penuh dapat membantu menghilangkan stres. Mulailah dengan mengambil beberapa menit setiap hari untuk fokus pada aktivitas sederhana seperti bernapas, berjalan atau menikmati makanan. Keterampilan untuk dapat berfokus pada satu aktivitas tanpa gangguan akan membuat kita bisa berkonsentrasi pada berbagai aspek kehidupan. 7). Bicara dengan atasan. Mulailah dengan melakukan percakapan terbuka dengan atasan. Tujuannya bukan untuk menyusun daftar keluhan, melainkan untuk menemukan rencana efektif untuk mengelola perasaan negatif terhadap orang lain yang anda rasakan. Dengan begitu kita akan mendapat masukan untuk mengatasi stres dari atasan. Biasanya, atasan juga akan membatasi diri untuk memberikan saran yang sesuai

dengan kapasitasnya, misalnya dengan mengajarkan manajemen waktu, atau menyarankan Anda mendatangi lembaga kesehatan yang ditunjang perusahaan. Atasan juga bisa mendorong terciptanya lingkungan yang kondusif bagi karyawan. 8).Meminta bantuan. Anda bisa meminta bantuan menghadapi stres dari teman atau anggota keluarga. Jika terus merasa terbebani oleh niat untuk menolak perubahan.

5.3. Keterbatasan Penelitian

Sebagaimana kebanyakan penelitian lainnya, penelitian ini tentunya juga tidak terlepas dari keterbatasan diantaranya:

1. Penelitian ini dilakukan pada bulan November sampai dengan bulan Desember 2018, dengan objek penelitian pada 5 OPD Lingkup Kabupaten Pesisir Selatan. Dengan demikian hasil penelitian ini belum dapat berlaku sama pada OPD lainnya, seperti OPD Dinas Koperindag dan Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Penelitian ini menfokuskan pada Niat untuk menolak perubahan dan mempertimbangkan variabel-variabel Sinisme Rekan Kerja, Kepercayaan pada manajemen dan Sinisme pada Perubahan sebagai faktor penentu terhadap yang niat untuk menolak perubahan, dengan demikian variabel-variabel lain yang tidak termasuk kedalam penelitian ini dianggap konsisten.
3. Penelitian ini menggunakan program Smart PLS 3.2.8 sebagai alat analisis yang mengabaikan normalitas data dan mengizinkan jumlah sampel yang kecil.

5.4. Saran

Berdasarkan keterbatasan yang telah diuraikan diatas, maka beberapa saran bagi peneliti yang akan datang, dapat disampaikan sbagai berikut :

1. Peneliti yang akan datang dapat mereplikasi model penelitian ini dan menguji secara empiris pada 5 OPD Pemda Kab. Pessel.
2. Penelitian yang akan datang dapat mempertimbangkan atau menambah variabel-variabel lain yang secara teoritis dapat mempengaruhi variabel niat untuk menolak perubahan, seperi komunikasi (faktor –faktor yang mempengaruhi niat untuk menolak perubahan).
3. Peneliti berikutnya dapat mempertimbangkan penggunaan program lainnya seperti program AMOS, Lisrel dan SPSS sebagai alat analisis data karena pada Program-program tersebut data harus terdistribusi norma dan jumlah sampel relatif besar.