

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh beban kerja, lingkungan kerja, stres kerja terhadap perilaku cyberloafing guru dan karyawan di SMPN 4 Jepara. Berdasarkan hasil dari analisis regresi linier berganda menggunakan program pengolahan data *SPSS 25.0 for windows* dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Beban kerja berpengaruh signifikan terhadap perilaku cyberloafing guru dan karyawan. Hal ini dibuktikan dari nilai koefisien regresi (b1) sebesar -0,573 dengan nilai Signifikan (Sig.= 0,016). Maka hipotesis pertama dapat diterima. Jadi, ketika beban kerja pada karyawan SMPN 4 Jepara tinggi maka akan terjadi penurunan perilaku cyberloafing.
2. Lingkungan kerja berpengaruh signifikan terhadap perilaku cyberloafing guru dan karyawan. Hal ini dibuktikan dari nilai koefisien regresi (b2) sebesar -0,644 dengan nilai Signifikan (Sig.= 0,007). Maka hipotesis kedua dapat diterima. Jadi, ketika lingkungan kerja pada guru karyawan SMPN 4 Jepara semakin baik maka akan terjadi penurunan perilaku cyberloafing.
3. Stres kerja berpengaruh signifikan terhadap perilaku cyberloafing guru dan karyawan. Hal ini dibuktikan dari nilai koefisien regresi (b3) sebesar 0,445 dengan nilai Signifikan (Sig.= 0,000). Maka hipotesis ketiga dapat diterima. Jadi, ketika stress kerja pada guru dan karyawan SMP N 4 Jepara semakin meningkat maka akan perilaku cyberloafing juga akan meningkat.

4. Secara simultan atau bersama-sama perilaku cyberloafing dipengaruhi oleh beban kerja, lingkungan kerja dan stres kerja dapat dilihat pada Fhitung $(36,922) > F_{tabel} (2,81)$ dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.005$, sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima.
5. Hasil uji Adjusted R Square menunjukkan angka 0.687. Penelitian ini membuktikan bahwa variabel beban kerja, lingkungan kerja dan stres kerja dapat mempengaruhi perilaku cyberloafing guru dan karyawan SMP N 4 Jepara sebanyak 68,7% sedangkan sisanya 31,3% dipengaruhi variable di luar penelitian ini.

5.2. Saran

Berdasarkan beberapa kesimpulan, maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. SMPN 4 Jepara jika ingin menurunkan perilaku cyberloafing guru dan karyawan, maka hasil penelitian ini mendapatkan beberapa variabel yang mempengaruhi perilaku cyberloafing, sehingga perlu diperhatikan beberapa hal tersebut untuk membuat kebijakan agar perilaku cyberloafing semakin menurun.
2. Saran ke peneliti selanjutnya, dari ketiga variabel yang mempengaruhi perilaku cyberloafing yang telah digunakan pada penelitian ini, bisa di coba variable lain yang bisa mempengaruhi perilaku cyberloafing seperti iklim organisasi dan persepsi sanksi.