

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada pemaparan di setiap bab dan sub bab sebelumnya tentang pembahasan mengenai kecemasan kerja terhadap pegawai honorer (penelitian tindakan dengan penerapan logoterapi di Dinas Sosial Pandeglang). Kesimpulan yang dapat diambil diantaranya:

1. Kondisi perasaan kecemasan yang dialami oleh beberapa pegawai honorer di Dinas Sosial Pandeglang yaitu mereka banyak mengalami kecemasan kerja akibat dari tekanan kerja dan gaji yang kurang. Ciri-ciri kecemasan yang dialami adalah susah tidur, mudah marah, susah berkonsentrasi saat bekerja, melamun yang berkepanjangan, menurunnya selera makan, sulit mengambil keputusan, selalu merasa bersalah, mudah lelah, kewaspadaan berlebih, sakit kepala berlebih.
2. Penanganan kecemasan dengan menggunakan logoterapi pada pegawai honorer yang mengalami kecemasan kerja sangat dibutuhkan. Setelah melakukan wawancara dengan empat responden yang memperlihatkan bahwa kondisi dari psikologis pada responden sebelum dan setelah dilaksanakannya pelaksanaan logoterapi. Oleh karena itu, pelaksanaan penangan dengan metode logoterapi

mempunyai pengaruh efektif pada responden yang mengalami kecemasan dengan dapat mengurangi level kecemasan yang dirasakan oleh responden. Serta lebih mengurangi beban terhadap pikirannya. Selain itu juga dapat meringankan perasaan responden supaya lebih ikhlas dalam menerima semuanya dengan lapang dada.

3. Faktor pendukung dan penghambat yang dialami adalah tempat, pegawai honorer, ketersediaan responden, kesiapan peneliti dalam melaksanakan konseling.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu :

1. Diharapkan kepada pihak kepala Dinas Sosial Pandeglang agar lebih memperhatikan terkait dengan keadaan psikologis para pegawai yang ada di lingkungan dingsos dengan cara memberikan pekerjaan sesuai dengan porsi masing-masing atau tidak berlebih.
2. Diharapkan kepada pegawai honorer yang berada di lingkungan Dinas Sosial Pandeglang agar bisa terbuka untuk saling menceritakan permasalahan yang ada di tempat kerja, agar tidak terjadi suatu kecemasan kerja atau stres kerja.

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian mengenai penerapan logoterapi dalam mengatasi kecemasan kerja yang berada di lingkup pekerjaan, dengan pembahasan yang lebih luas lagi.