

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima, jadi terdapat pengaruh negatif antara komunikasi informal terhadap *burnout*. Dengan hasil analisis regresi sederhana diketahui nilai *Standardized Coefficients Beta* sebesar 0.-415 dan nilai signifikan 0.008, hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara komunikasi informal terhadap *burnout*. Artinya semakin tinggi komunikasi informal maka tingkat *burnout* akan rendah, serta sebaliknya. maka, hipotesis pertama yang menyatakan “Terdapat pengaruh negatif antara komunikasi informal terhadap *burnout*” **diterima**.
2. Terdapat peningkatan nilai *Standardized Coefficients Beta* sebelum dan sesudah dimasukkan variabel dukungan sosial yaitu dari 0.-415 menjadi 0.-602 terjadi kenaikan sebesar 0.187. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima dengan signifikan, jadi dukungan sosial memperkuat pengaruh negatif komunikasi informal terhadap *burnout*. Sehingga hipotesis kedua yang menyatakan “dukungan sosial memediasi hubungan antara komunikasi informal dengan *burnout*” **diterima**.

B. Saran

1. Bagi Pengadilan Militer

Pengadilan militer sebagai institusi yang beroperasi dalam lingkungan yang penuh disiplin perlu mengembangkan budaya komunikasi yang lebih terbuka dan suportif. Instansi dapat menyediakan ruang atau waktu khusus untuk interaksi informal, seperti kegiatan sosial atau forum diskusi yang tidak hanya membahas pekerjaan tetapi juga kesejahteraan pegawai. Dengan memperkuat hubungan sosial antarpegawai melalui komunikasi informal, instansi dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pegawai. Hal ini dapat dilakukan dengan membangun kebijakan yang mendukung kerja tim, mentoring, atau sesi refleksi bersama.

2. Bagi Pembaca

Pembaca diharapkan memahami bahwa komunikasi informal bukan sekadar percakapan ringan, tetapi juga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan suportif. Komunikasi yang baik dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor yang dapat memperkuat atau melemahkan hubungan antara komunikasi informal dan

burnout, seperti kepemimpinan, budaya organisasi, atau tingkat beban kerja pegawai. Selain pendekatan kuantitatif, penelitian kualitatif dapat dilakukan melalui wawancara mendalam atau studi etnografi untuk memahami bagaimana komunikasi informal berkembang di lingkungan pengadilan militer dan bagaimana pegawai memaknainya dalam mengatasi stres kerja.