

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, diperoleh kesimpulan, antara lain :

1. Ada pengaruh positif dan signifikan stres kerja terhadap motivasi di PT. Socfindo Medan kontribusi sebesar 16%. Hal ini menunjuk stres kerja di PT Socfindo Medan dapat meningkatkan motivasi karyawan, memberikan energi positif dan dapat mengangkat motivasi untuk diri sendiri
2. Tidak ada pengaruh signifikan stres kerja terhadap kinerja karyawan di PT Socfindo Medan dengan kontribusi sebesar -0,100%. Artinya stres kerja tidak berpengaruh secara langsung terhadap kinerja karyawan di PT Socfindo Medan, dimana dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stres yang dialami seseorang tidak langsung mempengaruhi keterampilan dan sifat dalam bekerja dan menunjukkan bahwa semangat kerja tinggi di PT Socfindo Medan.
3. Ada pengaruh positif dan signifikan antara motivasi terhadap kinerja karyawan PT Socfindo Medan dengan kontribusi sebesar 23,7%. Artinya ketika motivasi perusahaan itu meningkat maka akan meningkatkan kinerja karyawan.
4. Ada pengaruh secara tidak langsung antara stres kerja terhadap kinerja karyawan melalui motivasi di PT Socfindo Medan. Artinya, ketika seseorang karyawan mengalami stres kerja, maka akan mempengaruhi

motivasi dalam bekerja. Sehingga secara tidak langsung stres kerja tersebut akan mempengaruhi kinerja karyawan tersebut.

5.2 Saran

Sebagai tindak lanjut dari hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka peneliti disarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Penting bagi perusahaan agar mengelola stres kerja dengan baik untuk menjaga kenyamanan karyawan, sehingga stres kerja dapat dijadikan karyawan sebagai motivasi atau dorongan positif sehingga dapat meningkatkan kinerja karyawan
2. Perusahaan juga harus meningkatkan motivasi sebagai dorongan yang memberikan semangat kerja bagi karyawan untuk meningkatkan kinerja karyawan.