

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan dari penelitian mengenai pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. IDK 2 Medan.

1. Berdasarkan hasil uji t (uji parsial) stres kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT. IDK 2 Medan. Yang mana stres kerja sangat dibutuhkan oleh para karyawan. Apabila tidak ada stress dalam pekerjaan, para karyawan tidak akan merasa ditantang dengan akibatnya kinerja akan menjadi rendah. Sebaliknya dengan adanya stres, karyawan mengarahkan segala kemampuannya untuk berprestasi tinggi dan dengan demikian dapat menyelesaikan tugas dengan baik.
2. Berdasarkan hasil uji t (uji parsial) beban kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja pegawai pada PT. IDK 2 Medan. Yang mana ketika beban kerja yang diberikan perusahaan kepada karyawan tinggi akan mempengaruhi besaran bonus yang akan diterima karyawan, sehingga beban kerja yang diberikan perusahaan kepada karyawan menimbulkan semangat dalam menjalankan pekerjaan demi mencapai target serta bonus sesuai yang diinginkan.
3. Secara uji simultan diketahui bahwa stres kerja dan beban kerja memiliki pengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan pada PT. IDK 2

Medan yang berarti kedua variabel tersebut mampu mempengaruhi kinerja karyawan dalam mencapai keberhasilan perusahaan.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Perusahaan

- a. Dari hasil penelitian ini PT. IDK 2 Medan diharapkan bisa meningkatkan kinerjanya untuk tetap mempertahankan pengelolaan beban kerja yang baik agar kinerja karyawannya tetap stabil atau meningkat. Perusahaan agar mengevaluasi kembali beban kerja yang diberikan kepada karyawannya agar mereka tidak merasa terbebani.
- b. Perlunya keleluasaan memberi kebebasan kepada karyawan berinisiatif untuk memenuhi target yang telah ditetapkan perusahaan. Ini semestinya dilakukan untuk kelancaran seorang karyawan dalam memenuhi standar target perusahaan.
- c. Perlunya memberikan motivasi serta kerja sama tim yang kuat agar karyawan terus termotivasi untuk berusaha memenuhi target yang telah ditetapkan. Hal ini tentunya juga membuat karyawan merasa terbantu secara psikologis untuk selalu meningkatkan kualitas dirinya.
- d. Diperlukan juga ketegasan ketegasan yang lebih dalam ketentuan waktu agar meminimalisir keterlambatan karyawan dalam memenuhi target yang sudah ditepati atau sudah ditentukan perusahaan.

- e. Untuk perusahaan sebaiknya memberi waktu kerja karyawan sesuai dengan pekerjaan yang diberikan guna untuk karyawan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

2. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini hanya terbatas pada dua variabel bebas yang diukur pengaruhnya terhadap kinerja karyawan. Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya penelitian dilakukan dengan menambahkan variabel lain misalnya dengan memasukkan variabel lain seperti disiplin kerja, pengembangan karir, dan motivasi kerja atau dapat juga mengembangkan indikator-indikator dari variabel yang digunakan dalam penelitian ini, sehingga dapat lebih memperkaya pengetahuan dan penelitian tentang kinerja karyawan di suatu perusahaan.