

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat *perceived stress* yang terjadi pada *frontliner* bank BNI di Kabupaten Karawang sangat tinggi yaitu 99% dan hanya satu subjek mengalami stres yang rendah, dari jumlah subjek 103 orang yang terdiri dari 31 orang *customer service*, 42 orang *teller*, dan 30 orang satpam. ★
2. Data demografi populasi penelitian inipun didominasi oleh *frontliner* yang berusia 24-29 tahun dengan persentase 43.7%, disusul dengan rentang usia 30-35 tahun sebanyak 39.8% dan hanya 16.5% yang berusia 18-23 tahun. Pendidikan terakhir dari populasi lulusan sarjana dengan 47.60%, disusul dengan SLTA/Sederajat sebanyak 47.6% dan sebanyak 11,7% subjek penelitian seorang diploma. Posisi *frontliner* yang menjadi subjek penelitian terbagi menjadi 31 orang *customer service*, 42 orang *teller* dan 30 orang satpam dengan komposisi 46% perempuan dan 53% laki-laki.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti pada halaman selanjutnya berdasarkan penelitian yang telah dilakukan adalah :

a. Bagi Perusahaan

Melakukan pelatihan dan pengembangan diri karyawan, agar mampu mengelola stres pekerjaan dengan baik sehingga menghasilkan performa yang baik bagi perusahaan.

b. Bagi Karyawan

Melakukan kegiatan-kegiatan yang positif seperti melakukan hobi, olahraga, beribadah, dan lain sebagainya agar mampu mengelola stres dengan baik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya bisa menambahkan variabel lainnya agar lebih bervariasi dan menghasilkan data yang lebih beragam.

