

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Dari hasil analisis regresi menunjukkan bahwa faktor stressor individu dan organisasi memiliki hubungan yang positif terhadap kinerja karyawan yang ditunjukkan dengan koefisien variable dimana faktor stressor individu bertanda positif, sedangkan faktor stressor organisasi memiliki hubungan yang positif terhadap kinerja karyawan.
- b. Hasil pengujian parsial (uji T) antara variabel stres individu dengan variabel kinerja karyawan diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,279 > 0,05$ . Dengan nilai  $t$ -hitung  $< t$ -tabel ( $1,152 < 2,26216$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Stres individu tidak berpengaruh secara parsial, tidak signifikan dan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.
- c. Hasil pengujian parsial (uji T) antara variabel stres organisasi dengan variabel kinerja karyawan diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,163 > 0,05$ . Dengan nilai  $t$ -hitung  $< t$ -tabel ( $1,518 < 2,26216$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Stres Organisasi tidak berpengaruh secara parsial, tidak signifikan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.
- d. Hasil pengujian parsial (uji F) Stres individu dan stres organisasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan. Dibuktikan dalam analisis uji simultan (uji F) dan diperoleh nilai signifikansi  $0,003 < 0,05$  dan nilai  $f$ -hitung  $> f$ -tabel ( $11,545 > 4,46$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak.
- e. Berdasarkan hasil pengujian Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) di dapat sebesar  $0,657$ . ini berarti bahwa kemampuan variabel independen yaitu stres individu dan stres organisasi dalam menerangkan variasi perubahan variabel dependen kinerja karyawan yaitu sebesar  $65,7\%$ , sedangkan sisanya sebesar  $34,3\%$

(100-65,7%) diterangkan oleh faktor-faktor lain di luar model regresi yang di analisis.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, adapun saran-saran yang ingin penulis berikan adalah sebagai berikut :

- a. Berdasarkan dua faktor (stres kerja yang disebabkan oleh faktor Individu dan faktor Organisasi) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden lebih cenderung mengalami stres secara simultan atau bersama-sama antara stres individu dan stres organisasi. maka penulis mengemukakan saran agar perusahaan perlu memperhatikan, serta menjaga stabilitas stres kerja yang disebabkan oleh faktor stres keseluruhan (meliputi faktor fisik dan pekerjaan, faktor sosial dan organisasi) dan faktor individu agar kinerja karyawan dapat optimal.
- b. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menambah variabel lain untuk dijadikan indikator dalam penelitian lanjutan. Hal ini karena masih adanya variabel-variabel yang belum ditemukan penulis yang kiranya masih memiliki hubungan yang berkaitan dengan Stres kerja dan Kinerja karyawan.
- c. Untuk peneliti selanjutnya, sebaiknya peneliti menambah jumlah sample mengingat terbatasnya jumlah responden pada penelitian ini, penelitian ini dapat di lakukan juga untuk penelitian untuk industri jenis lainya.