

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian seperti yang telah diuraikan pada bab sebelumnya dapat ditarik beberapa kesimpulan yaitu :

##### 5.1.1. Kesimpulan Hasil Analisis Deskriptif

- 1) Persepsi beban kerja karyawan PT. Antareja Prima Antaranagak tinggi . Hal ini terkait dengan intruksi mendadak, target kerja tiap hari, sering lembur kerja, dan dituntut untuk multi tasking dan bertanggung jawab atas seluruh pekerjaan yang dikerjakan oleh divisi.
- 2) Persepsi kemampuan kerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran termasuk rendah. Hal karena karyawan kurang memiliki keterampilan menyelesaikan pekerjaan, kurang dapat membuat inovasi dan strategi baru yang berguna bagi perusahaan, tidak memiliki pengetahuan yang luas tentang pekerjaannya, dan belum dapat membuat keputusan dalam menyelesaikan tugas dengan baik.
- 3) Persepsi stres kerja yang dialami oleh karyawan PT. Antareja Prima Antaran termasuk agak berat, karena karyawan merasa lelah, letih, dan lesu ketika bekerja, dalam menghadapi pekerjaan karyawan merasa bingung, dan tenang ketika menghadapi pekerjaan sulit.

- 4) Persepsi kinerja yang dialami oleh karyawan PT. Antareja Prima Antaran termasuk agak rendah, karena beban kerja yang tidak seimbang dengan kemampuan kerja, dan kurang bisa mengelola stres kerja dengan baik.

#### **5.1.2. Kesimpulan Hasil Analisis Inferensial**

- 1) beban kerja berpengaruh positif terhadap stres kerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran.
- 2) kemampuan kerja berpengaruh negatif terhadap stres kerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran.
- 3) stres kerja berpengaruh negatif terhadap kinerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran.
- 4) beban kerja tidak berpengaruh terhadap kinerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran.
- 5) kemampuan kerja tidak berpengaruh terhadap kinerja karyawan PT. Antareja Prima Antaran.
- 6) Dari hasil analisis pengaruh tidak langsung menunjukkan bahwa variabel beban kerja melalui stress kerja pada karyawan PT Antareja Prima Antaran berpengaruh negatif terhadap variabel kinerja.
- 7) Dari hasil analisis pengaruh tidak langsung menunjukkan bahwa variabel kemampuan kerja melalui stress kerja pada karyawan PT Antareja Prima Antaran berpengaruh positif terhadap variabel kinerja.

#### **5.2. Saran**

Berdasar kesimpulan di atas, selanjutnya dapat diusulkan saran yang diharapkan akan bermanfaat bagi perusahaan.

- 1) Pihak manajemen PT. Antareja Prima Antaran hendaknya memperbaiki dan mengevaluasi beban kerja yang diberikan pada karyawan, karena terbukti mempengaruhi stres kerja karyawan. Manajemen juga diharapkan dapat memberikan *softkill (my value / self development)* baik formal maupun informal untuk memberikan pengertian karyawan akan pekerjaan mereka. sehingga karyawan dapat mengatur waktunya dengan baik, dan dapat menyelesaikan pekerjaannya sebelum melaksanakan pekerjaan yang baru.
- 2) Hendaknya pihak manajemen melakukan *training* ataupun *workshop* yang sesuai dengan kebutuhan karyawan untuk memperbarui dan menambah pengetahuan (*knowledge*) karyawan dan memotivasi karyawan untuk selalu meningkatkan kemampuan kerja.