

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara Pemaafan dan Stres kerja pada karyawan generasi Y di Bank X. Semakin tinggi Pemaafan pada karyawan maka semakin rendah stres kerja yang di dapat, begitu pula sebaliknya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang diperoleh, maka dengan ini penulis memiliki beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Karyawan

Sebaiknya dilakukan peningkatan pemaafan secara inter dan intra-personal terhadap karyawan yang masih memiliki tingkat pemaafan yang rendah sehingga stres kerja yang dimiliki dapat diminimalisir. Dengan demikian kinerja atau performa kerja yang diberikan kepada instansi atau perusahaan khususnya terhadap para nasabah bisa dilakukan dengan maksimal.

2. Bagi Instansi

Setelah diketahui adanya hubungan yang signifikan antara Pemaafan dan stres kerja pada karyawan di Bank X dan diketahui bahwa prosentase 30,1 % berada dalam kategori stres yang tinggi serta prosentasi 23,3 % berada dalam kategori pemaafan yang rendah, diharapkan pihak instansi terkait dapat mencoba mengkomunikasikan permasalahan-permasalahan apa saja yang dihadapi oleh karyawan namun sulit untuk diterima secara pribadi. Pihak instansi dapat melakukan forum diskusi terbuka untuk membahas hal-hal tersebut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebaiknya ketika proses pengambilan data hendaknya peneliti melakukan pembagian skala kuesioner secara langsung agar data bisa sampai dengan tepat dan dalam proses pengisiannya peneliti dapat mendampingi agar data yang diperoleh lebih akurat serta jumlah skala kuesioner yang dibagikan dan dikembalikan sama jumlahnya. Selain itu, diharapkan dapat memperhatikan variabel-variabel lain yang mungkin memberikan sumbangasih terhadap stres kerja seperti tekanan kerja, beban kerja, konflik antar karyawan maupun gaya kepemimpinan yang ada di instansi tersebut. Untuk skala stres kerja yang digunakan lebih baik merujuk pada skala stres kerja secara langsung sehingga subjek dapat lebih bisa memahami maksud dan tujuan dari pengukuran tersebut. Selain itu pengukuran yang dilakukan menjadi lebih akurat karena sesuai dengan target yang akan diukur.