

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Mengacu pada rumusan masalah yang disampaikan di awal penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan berdasarkan hasil pengujian dan pembahasan yang telah di uraikan pada bab sebelumnya sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh signifikan stres kerja terhadap kinerja karyawan pada PT Mitramas Rancang Bangun, dinyatakan diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ (nilai alpha).
2. Terdapat pengaruh signifikan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan pada PT Mitramas Rancang Bangun, dinyatakan diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ (nilai alpha).
3. Terdapat pengaruh signifikan stres kerja dan motivasi kerja secara bersama-sama terhadap kinerja karyawan pada PT Mitramas Rancang Bangun, dinyatakan diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$ (nilai alpha).

5.2. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas, beberapa saran atau rekomendasi yang diberikan kepada perusahaan dan peneliti yang akan datang sebagai berikut :

1. Perusahaan sebaiknya harus mengetahui bagaimana cara mengurangi / mencegah terjadinya stres kerja yang berlebihan di perusahaan tersebut, guna untuk menstabilkan kinerja yang dihasilkan oleh karyawan di perusahaan tempat bekerja.
2. Untuk motivasi kerja seharusnya lebih di tingkatkan lagi agar karyawan lebih termotivasi dalam bekerja sehingga mampu menghasilkan kinerja yang juga menguntungkan bagi perusahaan.
3. Untuk penelitian yang akan datang disarankan untuk menambah variabel independen lainnya selain.