

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berikut adalah beberapa kesimpulan yang dapat terikat dari studi tentang bagaimana stres di tempat kerja mempengaruhi kinerja karyawan di PT. Borneo Sukses Raya Kaltim Di Kota Samarinda :

1. Dikarenakan nilai yang cukup besar yaitu 0.000–0.005 maka stres kerja memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap kinerja karyawan di PT. Borneo Sukses Raya Kaltim Di Kota Samarinda. Berdasarkan temuan tersebut, dapat dikatakan bahwa H_0 dapat diterima di PT. Borneo Sukses Raya Kaltim Di Kota Samarinda karena stres kerja dapat meningkatkan kinerja karyawan.
2. Berdasarkan hasil pengujian koefisien determinasi R Square sebesar 0,334, semua variabel termasuk dalam kelompok lemah. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja memiliki kekuatan untuk mempengaruhi kinerja karyawan sebesar 32,6%, sedangkan sisanya sebesar 67,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

B. Keterbatasan

Kelemahan dan keterbatasan penelitian ini antara lain survei dikirim menggunakan *Google Form*, dan terkadang informasi yang diberikan responden tidak mencerminkan pemikiran mereka yang sebenarnya. Ini adalah hasil dari

variasi pertanyaan yang dibuat, tanggapan yang diberikan, dan pemahaman setiap jawaban.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan diatas maka dapat diberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada perusahaan untuk membatasi target kerja untuk karyawan yang masih memiliki kemampuan yang rendah agar stress yang dimiliki karyawan juga menurun.
2. Diharapkan bagi peneliti diharapkan untuk memahami dan mengimplementasikan pengetahuan dari hasil penelitian ini agar mampu untuk mempelajari apa saja yang harus dibenahi dalam menurunkan stress kerja dan meningkatkan kinerja karyawan.

Studi selanjutnya harus melihat lebih dekat pada faktor-faktor lain untuk melihat bagaimana pengaruhnya terhadap kinerja karyawan.