

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang penulis lakukan pada PT. Jasa Marga Learning Institute maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Konflik kerja berpengaruh terhadap stres kerja yang dialami oleh karyawan PT. Jasa Marga Learning Institute . Kontribusi terbesar kepada konflik kerja adalah indikator konflik antar individu dan konflik dalam diri dimana sering terjadi perbedaan pendapat / persepsi karena salah faham.
2. Beban kerja berpengaruh terhadap stres kerja karyawan PT. Jasa Marga Learning institute Rawalumbu. Kontribusi terbesar kepada beban kerja adalah indikator kondisi pekerjaan dimana masih adanya karyawan yang merasa bekerja lebih berat dari tanggung jawab yang diberikan.
3. Lingkungan kerja fisik maupun non fisik berpengaruh kepada variabel stres kerja, kontribusi terbesar kepada lingkungan kerja adalah indikator lingkungan fisik dimana karyawan merasa lingkungan kerjanya dapat membuat karyawan merasa produktif.

4. Stres kerja terutama dimensi stres lingkungan memberikan pengaruh kepada tingkat stres karyawan. Kontribusi terbesar kepada stres kerja adalah indikator masih merasa kesulitan dengan cepatnya perkembangan teknologi, dimana ketika masih adanya karyawan yang mengalami kesulitan dalam menghadapi perkembangan teknologi maka akan menghambat mekanisme pekerjaan dan berdampak pada terjadinya stres pada karyawan .

5.2 Saran

Berdasarkan pengolahan data diatas, maka yang dapat penulis sarankan untuk pihak PT. Jasa Marga Learnig Institute adalah :

1. Pengaruh konflik kerja mengindikasikan tergolong tinggi. karena pada dasarnya akan selalu ada konflik yang biasanya disebabkan oleh salah faham dan perbedaaan pendapat, tentunya ini bisa diminimalisir dengan selalu diadakan buka forum untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dengan baik – baik sehingga salah faham dan perbedaaan pendapat antar karyawan terselesaikan.
2. Pengaruh beban kerja mengindikasikan tergolong tinggi. Oleh karena itu, untuk meminimalisir karyawan merasa tertekan karena beban pekerjaan maka angka insentif atau upah yang disesuaikan dengan kesulitan atau tanggung jawab yang diberikan kepada karyawan
3. Pengaruh Lingkungan mengindikasikan tergolong cukup. Oleh karena itu, untuk menciptakan lingkungan kerja lebih harmonis maka, perusahaan bisa menerapkan kegiatan piknik perusahaan atau bisa dengan melakukan

kegiatan olahraga bersama pada hari minggu dikawasan *car free day* atay pinik perusahaan atau kegitan apapun yang menyenangkan agar terjalinya hubungan antar karyawan yang semakin dekat dan akrab.

4. Stres kerja dapat diminimalisir apabila pegawai bisa lebih memaksimalkan hasil kerjanya, dapat meyesuaikan cara keja dengan situasi kerja yang ada dengan baik, dan untuk perusahaan perlu lebih memperhatikan karyawan dengan cara memberikan dukungan postitif yang penuh agar para pegawai lebih besemangat untuk meningkatkan produktivitas, tentunya dengan pengawasan pihak perusahaan.

