

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang Peneliti lakukan pada PT Sinar Alam, maka dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara Beban Kerja (X_1), Stres Kerja (X_2), dan Lingkungan Kerja (X_3) terhadap Kinerja karyawan yang ditunjukkan oleh nilai F-hitung $>$ F-tabel ($25,615 > 2,82$). Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 13,437 + 0,016 X_1 + 0,258 X_2 + 0,283 X_3$. Dari persamaan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin baik pelaksanaan Beban Kerja, Stres Kerja, dan Lingkungan Kerja yang diterapkan oleh perusahaan, maka kinerja karyawan meningkat.
2. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara Beban Kerja (X_1) terhadap Kinerja karyawan yang ditunjukkan oleh nilai t-hitung $>$ t-tabel ($7,035 > 2,01669$). Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 16,627 + 0,450 X_1$. Dari persamaan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin baik pelaksanaan Beban Kerja yang diterapkan oleh perusahaan, maka kinerja karyawan meningkat.
3. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara Stres Kerja (X_2) terhadap Kinerja karyawan yang ditunjukkan oleh nilai t-hitung $>$ t-tabel ($8,121 > 2,01669$). Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 13,786 + 0,524 X_2$. Dari persamaan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin baik pelaksanaan Stres Kerja yang diterapkan oleh perusahaan,

maka kinerja karyawan meningkat.

4. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara Lingkungan Kerja (X_3) terhadap Kinerja karyawan yang ditunjukkan oleh nilai t -hitung $>$ t -tabel ($8,321 > 1,98373$). Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 15,148 + 0,520 X_3$. Dari persamaan tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin baik pelaksanaan Lingkungan Kerja yang diterapkan oleh perusahaan, maka kinerja karyawan meningkat.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang Peneliti lakukan pada PT Sinar Alam maka dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Dapat dilihat dari rata-rata indikator pada tabel 3.4 bahwa beban kerja, stres kerja dan lingkungan kerja mempunyai pengaruh yang kuat terhadap kinerja karyawan PT Sinar Alam, oleh karena itu disarankan manajemen PT Sinar Alam dapat meningkatkan beberapa aspek yang terkait dengan beban kerja karyawan melalui peningkatan pada kemampuan karyawan dalam mencapai target yang harus diselesaikan, menyesuaikan beban kerja dengan waktu yang diberikan, memperbaiki kondisi dalam bekerja agar dapat diselesaikan tepat waktu. Dengan cara meningkatkan kebutuhan-kebutuhan tersebut pada karyawan, maka hal itu akan berdampak pada peningkatan kinerja karyawan. Selanjutnya, untuk membuat meminimalisir stres kerja maka disarankan manajemen perusahaan dapat meminimalisir tuntutan tugas

yang diberikan kepada karyawan, mengurangi desakan terhadap karyawan agar mereka tidak bertambah stress, meningkatkan kemampuan karyawan dalam menghadapi, hal-hal tersebut dapat meningkatkan kinerja karyawan. Terakhir, untuk memperbaiki kualitas lingkungan kerja karyawan, manajemen perusahaan perlu membuat lingkungan kerja agar lebih bersih lagi, meminimalisir gangguan akibat suara dari luar lingkungan kerja, membuat ruangan kantor dengan warna yang kontras dan nyaman, hal-hal tersebut juga mampu meningkatkan kinerja karyawan.

2. Dapat dilihat dari rata-rata indikator pada tabel 3.4 beban kerja mempunyai pengaruh tingkat sedang terhadap kinerja, maka dari itu perusahaan disarankan dapat meningkatkan beberapa aspek yang terkait beban kerja karyawan dengan melihat terlebih dahulu tiga indikator terendah pada tabel 4.5. Pertama, melalui peningkatan pada kemampuan karyawan dalam mencapai target yang harus diselesaikan. Lalu, menyesuaikan beban kerja dengan waktu yang diberikan, memperbaiki kondisi dalam bekerja agar dapat diselesaikan tepat waktu. Dengan cara meningkatkan kebutuhan-kebutuhan tersebut pada karyawan, maka hal itu akan berdampak pada peningkatan kinerja karyawan.
3. Dapat dilihat dari rata-rata indikator pada tabel 3.6 Stres Kerja mempunyai pengaruh tingkat sedang terhadap Kinerja, maka dari itu perusahaan disarankan dapat meningkatkan beberapa aspek yang

terkait Stres Kerja karyawan dengan melihat terlebih dahulu tiga indikator terendah pada tabel 4.6. Pertama, meminimalisir tuntutan tugas yang diberikan kepada karyawan. Lalu, mengurangi desakan terhadap karyawan agar mereka tidak bertambah stress. Terakhir, meningkatkan kemampuan karyawan dalam menghadapi, hal-hal tersebut dapat meningkatkan kinerja karyawan.

4. Dapat dilihat dari rata-rata indikator pada tabel 3.6 lingkungan kerja mempunyai pengaruh yang kuat terhadap Kinerja, maka dari itu perusahaan disarankan dapat meningkatkan beberapa aspek yang terkait lingkungan kerja karyawan dengan melihat terlebih dahulu tiga indikator terendah pada tabel 4.7. Pertama, membuat lingkungan kerja agar lebih bersih lagi. Kedua, meminimalisir gangguan akibat suara dari luar lingkungan kerja. Terakhir, membuat ruangan kantor dengan warna yang kontras dan nyaman, hal-hal tersebut juga mampu meningkatkan kinerja karyawan.