

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Temuan peneliti mengenai "Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Kantor Pusat PT Kimia Farma Trading & Distribution" dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Stres kerja menghasilkan nilai nilai t-hitung sebesar $-3.702 < 1.995$ t-tabel dengan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ yang menunjukkan stres kerja memiliki dampak negatif dan signifikan terhadap Kinerja karyawan PT Kimia Farma Trading & Distribution divisi penjualan. Artinya stres kerja memiliki hubungan berlawanan terhadap kinerja karyawan. Dimana jika variabel stres kerja sebagai variabel bebas mengalami peningkatan maka kinerja karyawan sebagai variabel terikat akan mengalami penurunan dan sebaliknya jika variabel stres kerja mengalami penurunan maka variabel kinerja karyawan akan mengalami peningkatan. Hal ini menandakan bahwa tingkat stres yang rendah dapat membuat karyawan PT Kimia Farma Trading & Distribution divisi penjualan bisa bekerja lebih giat dan menghasilkan peningkatan Kinerja yang diharapkan perusahaan.
2. Lingkungan kerja menghasilkan nilai t-hitung sebesar $7,057 > 1,995$ t-tabel dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan lingkungan kerja memiliki dampak positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan PT Kimia Farma Trading & Distribution divisi penjualan. Artinya Lingkungan kerja memiliki hubungan searah terhadap Kinerja karyawan. Dimana jika variabel lingkungan kerja sebagai variabel bebas mengalami peningkatan

maka kinerja karyawan sebagai variabel terikat juga akan mengalami peningkatan dan sebaliknya jika variabel lingkungan kerja mengalami penurunan maka kinerja karyawan juga akan ikut mengalami penurunan. Hal ini dapat menjadi acuan bagi karyawan dan atasan untuk bersama-sama menciptakan lingkungan atau suasana kantor yang aman, nyaman, dan produktif. Lingkungan kantor yang mendukung akan mendorong karyawan untuk bekerja lebih baik lagi.

3. Stres kerja dan lingkungan kerja memiliki dampak positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan, hal ini didukung oleh nilai Adjusted R square yang tinggi yaitu sebesar 74,6%, sedangkan sisanya dapat dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak dapat dijelaskan oleh model penelitian ini. Jika perhatian khusus diberikan pada variabel stres kerja dan lingkungan kerja, maka kinerja karyawan akan berada pada performa terbaiknya.

5.2 Saran Penelitian

5.2.1 Bagi Perusahaan

1. Stres kerja di Kantor Pusat PT Kimia Farma Trading & Distribution divisi penjualan masuk dalam kategori stabil. Namun perusahaan harus tetap memantau tingkat stres kerja karyawannya dengan menyesuaikan tingkat beban kerja berdasarkan kemampuan karyawan dan menyusun program-program untuk menurunkan tingkat stres kerja, agar dapat mempertahankan kinerja karyawan.
2. Untuk menghasilkan kinerja yang diharapkan, perusahaan harus lebih memperhatikan tingkat kenyamanan lingkungan kerja bagi karyawan seperti ruangan yang digunakan karyawan untuk lembur menginap,

kenyamanan *device* yang digunakan untuk bekerja serta berkoordinasi untuk menciptakan lingkungan sosial yang positif.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menambah variabel independen atau dependen, atau dapat juga menggunakan variabel penghubung, sehingga hasil yang diperoleh dapat menjadi pembanding dari penelitian ini.
2. Jangkauan objek penelitian masih dapat diperluas, mengingat PT Kimia Farma Trading & distribution memiliki cabang-cabang lain yang tersebar di seluruh Indonesia.

5.3 Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini dibatasi oleh terbatasnya jumlah variabel independen yang diteliti, yaitu stres kerja dan lingkungan kerja. Sedangkan masih banyak variabel independen lain yang mungkin bisa memberikan dampak terhadap kinerja karyawan.
2. Penggunaan *Google Form* untuk penyebaran kuesioner kurang efektif sehingga peneliti menggunakan metode penyebaran *print out* agar tidak memakan waktu yang lama