

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- Terdapat hubungan yang moderat dan signifikan antara *coping stress (emotion focus form of coping)* dan produktivitas kerja pada karyawan kontrak yang bekerja di PT “X”, Medan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin karyawan kontrak menggunakan *emotion focus form of coping* (mengurangi tekanan emosional) dalam bekerja maka karyawan kontrak tersebut akan menunjukkan produktivitas kerja yang semakin tinggi pula.
- Terdapat hubungan yang moderat dan signifikan antara *coping stress (problem focus form of coping)* dan produktivitas kerja pada karyawan kontrak yang bekerja di PT “X”, Medan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin karyawan kontrak menggunakan *problem focus form of coping* (mengatur dan mengatasi masalah penyebab stres) dalam bekerja maka karyawan kontrak tersebut akan menunjukkan produktivitas kerja yang semakin tinggi pula.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran :

5.2.1. Saran Teoretis

- Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran bagi penelitian berikutnya untuk meneliti seberapa besar pengaruh *coping stress* baik *emotion focus form of coping* maupun *problem focus form of coping* terhadap produktivitas kerja karyawan kontrak.
- Berdasarkan hasil pengolahan data penunjang, maka peneliti memberikan saran bagi peneliti berikutnya agar mencari faktor-faktor lain yang turut serta mempengaruhi produktivitas kerja yang dihasilkan oleh karyawan kontrak.

5.2.2. Saran Praktis

1. Pimpinan perusahaan
 - Perusahaan menciptakan jejaring sosial seperti kantin bersama atau tempat berkumpul para karyawan kontrak supaya memudahkan mereka memperoleh informasi, dukungan dari sesama rekan kerja dan atasan sehingga mampu untuk membantu karyawan kontrak untuk mengurangi stres kerja.

- Perusahaan diharapkan untuk memberikan pelatihan-pelatihan tambahan kepada karyawan kontrak dalam hal kontrol diri, pemecahan masalah maupun dalam halnya untuk meningkatkan produktivitas kerja.
- Perusahaan diharapkan untuk terbuka dalam menerima pendapat / masukan dari karyawan kontrak seperti menyediakan kotak saran agar karyawan kontrak merasa mendapat perhatian dan dukungan dari perusahaan dimana mereka bekerja agar kelak dapat menunjukkan produktivitas kerja yang tinggi.

2. Karyawan Kontrak

- Karyawan kontrak diharapkan mampu untuk meredakan tekanan emosional dalam diri seperti membedakan masalah yang ada dalam pekerjaan maupun di luar pekerjaan agar dapat bekerja dengan tenang dan nyaman supaya mampu mengelola energi untuk berpikir dan memecahkan permasalahan yang ada agar dapat menunjukkan produktivitas kerja yang tinggi.
- Karyawan kontrak diharapkan selalu berpikir positif dan optimis dalam bekerja supaya dapat bekerja dengan penuh semangat dan bekerja dengan tenang sehingga mampu untuk memunculkan ide-ide dan hasil kerja yang dapat mendukung meningkatnya produktivitas kerja.