

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Stress kerja terhadap kinerja karyawan. Didapat nilai negatif yang berarti, yang berarti bahwa semakin besar stress kerja yang dirasakan oleh individu, maka akan semakin kecil kinerja karyawan yang dimunculkan.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *Burnout* terhadap kinerja karyawan. Didapat nilai negatif yang berarti, yang berarti bahwa semakin besar burnout yang dirasakan oleh individu, maka akan semakin kecil kinerja karyawan yang dimunculkan.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Beban kerja terhadap kinerja karyawan. Didapat nilai negatif yang berarti, yang berarti bahwa semakin besar beban kerja yang dirasakan oleh individu, maka akan semakin kecil kinerja karyawan yang dimunculkan.
4. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan. Didapat nilai positif yang berarti, yang berarti bahwa semakin positif lingkungan kerja yang dirasakan oleh individu, maka akan semakin besar kinerja karyawan yang dimunculkan.

5. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Stress Kerja, Burnout, Beban kerja, dan Lingkungan Kerja terhadap kinerja karyawan.

5.2 Keterbatasan Penelitian

- Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini terbatas hanya 72 karyawan BUMN.
- Peneliti hanya melakukan survey penelitian di satu sektor perusahaan yaitu BUMN. Hasil dapat berbeda jika dilakukan penelitian serupa dalam sampel yang lebih besar dan sektor perusahaan yang berbeda.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dibuat, peneliti dapat memberikan saran sebaai berikut:

1. Terdapat pengaruh negatif antara stress kerja dengan kinerja. Dengan demikian, perusahaan diharapkan dapat meminimalisir stress kerja yang dilakukan. Dengan menekan stress kerja yang dialami karyawan, diaharapkan dapat meningkatkan kinerja yang diatampilkan.
2. Terdapat pengaruh negatif antara *burnout* dengan kinerja. Dengan demikian, para karyawan diharapkan tidak terlalu lelah, sehingga aktivitas kerja yang dilakukan tetap dapat efektif.
3. Terdapat pengaruh negatif antara beban kerja dengan kinerja. Dengan demikian, perusahaan diharapkan dapat mengurangi beban kerja yang dialami, dengan harapan dapat meningkatkan kinerja yang lebih baik.

4. Terakhir, peneliti menyarankan kepada pihak perusahaan untuk dapat menjamin kelengkapan lingkungan kerja, yang ternyata dapat meningkatkan kinerja karyawan menjadi lebih baik.

