

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara derajat stres dan ditemukan bahwa performance pada karyawan di Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah, maka dapat disimpulkan:

1. Terdapat hubungan yang negatif antara derajat stres dan performance pada karyawan Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah.
2. Dari stresor Role Ambiguity ditemukan bahwa karyawan wanita Bank "X" Kota Bandung dengan derajat stres rendah dan performance tinggi yakin dapat memenuhi harapan orang-orang yang ada disekitarnya. Hal tersebut karena tuntutan sosial tersebut dinilai positif (*Benign-possitive*) oleh karyawan Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah, bahwa mereka dapat memenuhi harapan orang-orang di sekitarnya.
3. Dari stresor Social Demand ditemukan bahwa karyawan wanita Bank "X" Kota Bandung dengan derajat stres rendah dan performance tinggi merasa cukup jelas fungsi dan tugasnya sebagai karyawan dan ibu rumah tangga.
4. Dari stresor overload karyawan Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah dengan derajat stres rendah dan performance tinggi menyatakan dapat menyelesaikan dengan baik sebagian besar pekerjaan yang harus dikerjakannya di tempat kerja dan di rumah. Dengan demikian *stresor* berupa pekerjaan kantor dan rumah yang menumpuk dinilai karyawan

Bank “X” Kota Bandung yang telah menikah dengan derajat stres rendah dinilai positif.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

5.2.1 Saran Untuk Penelitian Selanjutnya

1. Meneliti lebih lanjut faktor-faktor yang mempengaruhi derajat stres dan performance.
2. Menggunakan pendekatan teori stres yang lain selain pendekatan interaksional yang lebih tepat untuk meneliti derajat stres.
3. Menjaring faktor-faktor yang mempengaruhi performance dan melihat hubungannya dengan derajat stres.

5.2.2 Saran Guna Laksana Penelitian

a. Bagi Perusahaan

1. Perusahaan diharapkan dapat memberikan konseling kepada karyawan Bank “X” Kota Bandung yang telah menikah yang memiliki derajat stres tinggi dan performance rendah guna membantu mengatasi masalah tersebut, dan memberikan penyegaran seperti training atau acara kebersamaan perusahaan kepada karyawan Bank “X” Kota Bandung yang telah menikah yang memiliki

derajat rendah dan performancenya telah tinggi guna memberikan semangat kerja sehingga kinerjanya semakin optimal.

b. Bagi karyawan di Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah

1. Karyawan Bank "X" Kota Bandung yang telah menikah diharapkan dapat berfikir positif dalam menghadapi kesulitan dalam bekerja, sehingga stres yang dialami dapat berdampak positif guna meningkatkan performancenya.