

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Dari hasil analisis diatas dapat diambil beberapa kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang negatif dari stress kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. Nurain Hasta Karya Gorontalo. Sedangkan besar pengaruh variabel x (stres kerja) terhadap variabel y (kinerja karyawan) $R^2$  sebesar 0,565. Nilai ini berarti bahwa sebesar 56,5% variasi kinerja karyawan di PT. Nurain Hasta Karya Gorontalo dipengaruhi oleh tinggi dan rendahnya stress kerja yang dialami oleh karyawan dalam bekerja, sedangkan sisanya sebesar 43,5% dipengaruhi oleh variabel lain seperti pemberian kompensasi, motivasi kerja, gaya kepemimpinan, lingkungan kerja, dan variabel-variabel lainnya.

#### **5.2 Saran**

Dari simpulan diatas, dapat diberikan saran yaitu bagi direktur perusahaan, hasil ini dapat dijadikan masukan atau bahan pertimbangan dalam peningkatan kinerja karyawan serta pimpinan harus meminimalisir faktor-faktor penyebab stress kerja seperti beban kerja dan target kerja yang terlalu tinggi yang menjadi tuntutan bagi karyawan.

## DAFTAR PUSTAKA

- As'ad, Moh. (2008). *Psikologi Industri, cetakan kesepuluh*. Liberty : Yogyakarta
- Azwar, Saifuddin. 2004. *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Edisi. Revisi VI*. Rineka Cipta : Jakarta
- Andini Yossi, 2005. *Faktor-faktor Penyebab Stres Kerja pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Pasar Kota Semarang*. Skripsi, Fakultas Psikologi UNIKA. Semarang
- Anatan. L dan Ellitan. 2007. *Manajemen Sumber Daya Manusia dalam Bisnis Modern*. Alfabeta. Bandung
- Davis, Keith & John W. Newstorm, 2008. *Jilid 1-2 Perilaku dalam Organisasi*. PT. Erlangga : Jakarta
- Ghozali, Imam. 2005. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang
- Gibson, James,L. 2000. *Organisasi, Perilaku, Struktur dan Proses*. Edisike-5.Cetakan ke-3. Penerbit Erlangga : Jakarta
- Hasibuan, Malayu. S. P. 2009, *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bumi Aksara :Jakarta
- Mahmudi, 2010, *Manajemen Kinerja Sektor Publik Edisi 3*.STIM YPKN: Jakarta
- Mangkunegara Anwar Prabu, 2008, *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Remaja RosdaKarya: Bandung.
- \_\_\_\_\_, 2011, *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Remaja RosdaKarya: Bandung.
- Munandar A.S, 2001.*Psikologi Industri dan Organisasi*. Penerbit Universitas Indonesia : Jakarta
- Priansa D J dan A. Garnida, *Manajemen Perkantoran Efektifitas, Efiensi, dan Profesional*, Alfabeta : Bandung

- Pujaatmaka Hadyana, 2008. *Perilaku Organisasi*, alih bahasa Robbins. Salembat Empat, Jakarta.
- Sugiyono, 2002. *Metode Penelitian Administrasi : dilengkapi dengan Metode R & D*, Penerbit : Alfabeta, Bandung
- \_\_\_\_\_, 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta: Bandung
- \_\_\_\_\_, 2014. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta: Bandung
- Sunjoyo et al. 2013. *Aplikasi SPSS untuk Smart Riset*. Penerbit Alfabeta, Bandung
- Soewondo S, 2012. *Stres, Manajemen Stres dan Relaksasi Progresif*. LPSP3 UI :Jakarta
- Suharsaputra, Uhar. 2010. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Tindakan*. PT. Refika Aditama : Bandung
- Sastrohadiwiryob.Siswanto, 2009. *Manajemen Tenaga Kerja Indonesia Pendekatan administratif dan Operasional*. Bumi Aksara : Jakarta
- Rivai Vaitzhal dan Deddy Mulayadi. 2009, *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*, PT Rajagrafindo Prasada : Jakarta
- Rivai Vaitzhal dan Ella Sagala. 2011, *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan dari Teori ke Praktek*. PT Rajagrafindo Prasada : Jakarta
- Robbins Stephen P. dan Coulter Mary 2010. *Manajemen (edisi kesepuluh)*: Erlangga : Jakarta
- Wiryanto, 2000. *Teori Komunikasi Massa*. PT.Grasindo. Jakarta
- Widodo Suparno. 2015, *Manajemen Pengembangan Sumber Daya Manusia*.Pustaka Pelajar : Jakarta