BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari gambaran kinerja karyawan dapat dilihat nilai terkecil dari pernyataan pada indikator Selalu memanfaatkan waktu kerja secara optimal dengan nilai rata-rata skor 164. Untuk gambaran pada stres kerja dapat dilihat nilai terkecil dari pernyataan pada indikator Keberhasilan karyawan lain menjadi persaingan dikantor dengan nilai rata-rata skor 164. Sedangkan gambaran beban kerja dapat dilihat nilai terkecil dari pernyataan pada indikator Target pekerjaan yang diberikan oleh pihak pimpinan sesuai dengan kemampuan karyawan dengan nilai rata-rata skor 142.
2. Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo jika beban kerja berpengaruh positif dan signifikan, maka seorang karyawan menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja karyawan maka kinerja karyawan pada Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo semakin tinggi pula.
3. Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja pada karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo Pengaruhnya beban kerja yang berpengaruh signifikan terhadap stres kerja dengan menunjukkan bahwa ketika beban kerja meningkat juga dapat berdampak pada meningkatnya stres kerja yang dialami oleh karyawan. Tidak sedikit karyawan yang merasa keberatannya ketika beban kerja yang diberikan oleh pimpinan tinggi sehingga dapat berdampak pada stres kerja yang dialami oleh karyawan, hal ini dikarenakan beban kerja yang diberikan terlalu banyak.
4. Stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan pada karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr.

Sutomo berpengaruhnya stres kerja terhadap kinerja karyawan dikarenakan karyawan yang mengalami stres kerja yang semakin meningkat cenderung dapat menurunkan kinerja karyawan pada Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo. Sebaliknya jika stres mengalami penurunan, maka kinerja karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo akan meningkat. Karyawan yang mengalami stres kerja akan sulit untuk berkonsentrasi dalam bekerja, dan karyawan akan cenderung merasa bingung dalam menyelesaikan pekerjaan.

5. Stres kerja dapat memediasi pengaruh tidak langsung antara beban kerja terhadap kinerja karyawan. Berpengaruhnya beban kerja terhadap kinerja karyawan melalui stres kerja dikarenakan dengan adanya stres kerja tinggi yang dialami oleh karyawan maka dapat menurunkan kinerja karyawan pada Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo. Adanya beban kerja yang tinggi cenderung menimbulkan stres kerja pada karyawan yang berujung pada menurunnya kinerja karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo. Begitu pula sebaliknya jika beban kerja rendah maka dapat memperkecil adanya stres kerja sehingga kinerja karyawan akan tinggi.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Peneliti menyarankan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo hendaknya lebih memperhatikan beban kerja yang diberikan kepada karyawan agar disesuaikan dengan ketentuan dan kemampuan karyawan. Selain itu, pihak perusahaan juga hendaknya memberikan beberapa kegiatan hiburan seperti karyawisata untuk mengurangi stres kerja pada karyawan.
2. Bagi Pimpinan karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo, hendaknya lakukan pemantauan dan evaluasi berkala terhadap tingkat beban kerja, stres dan kinerja karyawan. Dengan melakukan evaluasi ini, pimpinan dapat mengidentifikasi

perubahan yang diperlukan untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat. Dengan melakukan hal tersebut, diharapkan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo dapat menciptakan lingkungan kerja yang seimbang, mendukung kesejahteraan karyawan, dan mengurangi dampak negatif dari beban kerja yang tinggi.

3. Bagi karyawan Bank Syariah Indonesia KCP Jambi Dr. Sutomo, hendaknya bekerja secara maksimal untuk memenuhi target yang ditetapkan perusahaan, serta berkenan memberikan saran dan kritik guna meningkatkan mutu perusahaan.