

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan Koperasi Konsumen Syariah Ar-Rahmah Banjarmasin, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil uji koefisien regresi hasil uji t menunjukkan bahwa variabel stres kerja (X) dengan tingkat kepercayaan 95%, maka didapat nilai $t_{hitung} (-3,985) > \text{nilai } t_{tabel} (2,145)$, Sig. (0,001) < alpha (0,05).

Dengan demikian dinyatakan H_0 ditolak H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh negatif dan signifikan pada stres kerja terhadap kinerja karyawan, sekaligus menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini.

2. Dari hasil pengujian koefisien determinasi didapat R Square sebesar 0,531 menunjukkan besaran dari kontribusi atau peran variabel stres kerja dapat menjelaskan variabel kinerja sebesar 53,1%. Sedangkan sisanya 46,9% dapat paparkan oleh variabel lain diluar model penelitian ini

B. Saran-saran

1. Bagi Koperasi :
 - a. Karena terbukti stres kerja sedikit berpengaruh terhadap kinerja karyawan, hendaknya pihak koperasi dapat tetap menjaga stabilitas stres kerja pada tingkat wajar agar kinerja karyawan dapat optimal

sesuai dengan yang di harapkan. Dan apabila stres kerja melewati batas wajar, maka tidak hanya kinerjanya saja yang menurun tetapi dapat berimbas terhadap kualitas kehidupan individu tersebut pula.

2. Bagi Peneliti

Untuk peneliti selanjutnya, dapat melanjutkan dari penelitian ini pada:

- a. Meneliti faktor selain stres kerja diantara faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terhadap kinerja karyawan Koperasi Konsumen Syariah Ar-Rahmah Banjarmasin.
- b. Meneliti teori yang sama di lokasi yang berbeda dengan cakupan yang luas.