

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian hubungan salat berjamaah terhadap gejala stres pada karyawan PT. Kalimas kharisma Banjarmasin, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan nilai dari *mean* pada skala salat berjamaah adalah 173,77 dan standar deviasi adalah 24,601. Kemudian dari hasil tersebut dapat ditentukan subjek yang berada di kategori tinggi sebanyak 17 orang karyawan sebesar 65,39%, kategori sedang sebanyak 9 orang karyawan sebesar 34,61%, dan kategori rendah tidak ada. Hal ini menunjukkan bahwa pembiasaan salat berjamaah pada karyawan PT. Kalimas kharisma Banjarmasin tergolong tinggi.
2. Berdasarkan nilai dari *mean* pada skala gejala stres adalah 186,88 dan standar deviasi adalah 23,672. Kemudian dari hasil tersebut dapat ditentukan subjek yang berada di kategori tinggi tidak ada dan kategori sedang sebanyak 15 orang karyawan sebesar 57,69%, dan kategori rendah sebanyak 11 orang karyawan atau sebesar 42,31%. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja karyawan PT. Kalimas kharisma Banjarmasin tergolong sedang.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka didapatkan hasil yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dengan tingkat hubungan yang kuat

($r_{xy} = -0,677$; $\text{sig} = 0,000 \geq 0,05$) antara salat berjamaah dan gejala stres pada karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pembiasaan salat berjamaah pada karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin, maka semakin rendah pula gejala stres pada karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin. Uji korelasi ini menggunakan teknik *Product Momen* dan didapat nilai r hitung = $-0,677$ dengan p value = $0,000$ sementara nilai r tabel = $0,30$ pada taraf signifikansi 5% dengan $N = 26$. Karena nilai r hitung yang didapat ($-0,677$) $>$ r tabel dan p value $0,000 < 0,05$, maka hipotesis tidak nihil (H_a) yang menyatakan bahwa terdapat “Hubungan pembiasaan salat berjamaah terhadap gejala stres karyawan PT. Kalimas Kharisma Banjarmasin.”

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti ingin mengemukakan beberapa saran yang kiranya dapat memberikan manfaat. Adapun saran tersebut antara lain:

1. Saran Teoritis

- a. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan dapat lebih memperbanyak populasi penelitian dari sebelumnya agar bisa di generalisasikan.
- b. Disarankan untuk memperluas cakupan penelitian misalnya mengangkat variable atau tema-tema religiusitas lainnya.

- c. Kembangkan lagi penelitian terkait salat berjamaah karena judul ini masih belum banyak yang membahas dan mengkajinya di Jurusan Psikologi Islam.

2. Saran Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada HRD dan perusahaan yang terkait. Hendaknya tetap mempertahankan kebijakan-kebijakan yang bersifat membangun dalam diri karyawan dengan tetap menanamkan keutamaan dalam kewajiban beribadah seperti halnya pembiasaan salat berjamaah yang dapat mempengaruhi stres karyawan.