

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh konflik kerja terhadap stres kerja karyawan pada PT Indo Citra Mandiri Bandar Lampung, maka simpulan dari penelitian ini adalah pengujian keberartian pengaruh konflik kerja (X) terhadap stres kerja karyawan (Y) menggunakan uji t pada tingkat kepercayaan 95% menghasilkan $t_{hitung} > t_{tabel}$. Berarti hasil perhitungan regresi linear sederhana diketahui bahwa konflik kerja berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja karyawan pada PT Indo Citra Mandiri Bandar Lampung dengan koefisien determinasi (*R square*) yang ditunjukkan sebesar 0.403 yang berarti bahwa konflik kerja mempunyai pengaruh sebesar 40.3% terhadap stres kerja, sedangkan sisanya sebesar 59.7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh penulis.

B. Saran

Hasil penelitian yang dipaparkan sebelumnya menunjukkan bahwa konflik kerja mempunyai pengaruh terhadap stres kerja karyawan PT Indo Citra Mandiri Bandar Lampung. Berdasarkan hal tersebut, penulis memberikan masukan berupa saran sebagai berikut:

1. Untuk mengurangi tingkat stres kerja yang tinggi maka PT Indo Citra Mandiri sebaiknya lebih memperhatikan gejala-gejala konflik yang dihadapi oleh karyawannya kemudian memberikan solusi atau jalan keluar seperti mengadakan konseling, refreshing, olahraga atau senam bersama di hari Jumat dan lain sebagainya yang mampu mengurangi atau menghilangkan stres yang dialami oleh karyawan PT Indo Citra Mandiri.

2. Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya perlu diteliti lagi gejala-gejala konflik lain yang mempengaruhi tingkat stres kerja karyawan di PT Indo Citra Mandiri Bandar Lampung.
3. Hasil penelitian pengaruh konflik kerja terhadap stres kerja karyawan pada PT Indo Citra Mandiri Bandar Lampung perlu disempurnakan oleh penelitian serupa dengan sejumlah perusahaan-perusahaan lainnya yang ada di Bandar Lampung.