

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Stres kerja karyawan Indomaret cabang Keputih 1 Surabaya ditinjau dari : kondisi pekerjaan, tuntutan peran, faktor interpersonal, pengembangan karir dan struktur organisasi sering mengalami stres dalam bekerja disebabkan beberapa hal seperti: karyawan selalu dibayangi adanya “*deadline*” dalam penyelesaian pekerjaan; Jam pulang kerja selalu bertambah larut; Pemotongan gaji jika melakukan kesalahan dalam bekerja; Beban kerja selalu bertambah dan tingkat kerja sama rendah
2. Kinerja karyawan Indomaret Cabang Keputih 1 Surabaya ditinjau dari segi kualitas kinerja, kuantitas kinerja, pelaksanaan tugas dan tanggung jawab sesuai dengan *job description* yang telah ditetapkan.
3. Stres kerja karyawan Indomaret Cabang Keputih I Surabaya berperan dalam meningkatkan kinerja karyawan. Beberapa hal yang menunjang antara lain adanya kesadaran bahwa stres kerja sebagai tantangan kerja sehingga menimbulkan semangat kerja; Motivasi pimpinan terhadap karyawan mampu membangkitkan semangat kerja karyawan; Mengutamakan tanggung jawab atas penyelesaian pekerjaan dibandingkan kepentingan pribadi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Untuk menghindari stres kerja yang berdampak negatif disarankan kepada pimpinan untuk memberikan beban pekerjaan sesuai dengan kemampuan karyawan; Disiplin waktu kerja sesuai dengan ketentuan; Tidak membebani tugas karyawan diluar *job description*; Membangun kerjasama antara karyawan maupun pimpinan melalui *Outbound*
2. Untuk meningkatkan kinerja karyawan Indomaret Cabang Keputih 1 Surabaya disarankan kepada karyawan untuk selalu mengendalikan stres negatif menjadi stres positif sehingga kinerja karyawan semakin meningkat.
3. Untuk meningkatkan kinerja karyawan Indomaret Cabang Keputih 1 Surabaya disarankan kepada karyawan dan pimpinan toko untuk tidak selalu berpikir negatif terhadap pekerjaan, saling kerjasama antara pimpinan dengan karyawan, dan saling berkomunikasi yang baik.